

Digitized by the Internet Archive
in 2015

Rev. Prof. J. Robertson, D.D.

with best regards from

M. Wortchert

Baymont.

13 Jan. 1882

كفاية العوام

في

حفظ الصحة وتدير الأسقام

وهو مجموع فوائد عامة تتعلق بحفظ الصحة وتدير المرض عند غياب الطبيب

العافية ناج على رؤوس الأصحاء لا يراه إلا المرضى

تأليف

الدكتور يوحنا ورتبات

طبيب مستشفى امراء مار يوحنا في بيروت

استاذ التشريح والفيسيولوجيا في المدرسة السورية الكلية. عضو الجمعية الطبية

الجراحية في ادنبرج وجمعية الامراض الوافدة في لندن

بيروت

١٨٨١

ولمعا انتي لوت

في

ولقد نال بينك فخرها الخفة

سبحان الله

سبحان الله

سبحان الله

سبحان

سبحان الله

سبحان الله

سبحان الله

سبحان الله

سبحان

سبحان

فهرس

—xox—

صفحة

١

المقدمة

٥

القسم الاول في حفظ الصحة

٥

الفصل الاول في عمر الانسان وادواره

١٤

الفصل الثاني في الجنس

١٥

الفصل الثالث في الامزجة

٢٠

الفصل الرابع في الاستعداد الإرثي للمرض

٢٤

الفصل الخامس في العادة

٢٨

الفصل السادس في البنية

٢٠

الفصل السابع في الهواء

٤١

الفصل الثامن في النور

٤٥

الفصل التاسع في الحرارة

٥٠

الفصل العاشر في اللباس

٥٤

الفصل الحادي عشر في التربة والمواقع

٥٩

الفصل الثاني عشر في الاقليم وهو المناخ

٦٦

الفصل الثالث عشر في المساكن

٧٢

الفصل الرابع عشر في المدافن

صفحة

٧٥	الفصل الخامس عشر في المياه
٩١	الفصل السادس عشر في الطعام والشراب
١٢١	الفصل السابع عشر في الرياضة
١٢٦	الفصل الثامن عشر في الاستحمام
١٢٢	الفصل التاسع عشر في النوم

— ١٠٠ —

القسم الثاني في الامراض الغالبة وتديرها

١٤٢	عند غياب الطبيب
٢٦٥	فصل في الآفات والعوارض

مقدمة

علم حفظ الصحة يبحث عن كل ما يتعلق بكيفيات الحياة التي نتوقف عليها سلامة الجسد والعقل . وهو من افضل العلوم فائدةً لأنه لما كانت الصحة الشرط الاول لاجراء اعمال الحياة على ما ينبغي واصلاً تنشأ منه لذة الوجود لم يكن للانسان ان يقوم بهذه الاعمال ويتمتع بخيرات الدنيا الا اذا كان صحيحاً سليم الجسد والعقل . هذا وان في حفظ الصحة دفعاً للأمراض واسبابها والتعرض لاهتار الموت وكدر النفس الذي كثيراً ما يحدث عن علة جسمية . فانه من الامور المقررة التي لا تحتمل شيئاً من الشبهة ان الاعمال العقلية والادبية تعمل عملاً عظيماً في حالة الجسد وان لحالة الجسد تأثيراً شديداً في العقل بحيث انه لا يمكن فصل هذه التأثيرات المتبادلة على الاطلاق . وعلى ذلك يكون علم الصحة مداراً لكل ما يتعلق بخير الانسان وراحته ولذته في هذه الحياة

الحياة كيفية خاصة بالنبات والحيوان دون الجماد تنشأ منها اعمال تميزها عن الاجسام الخالية من المبدأ الحيوي كالحجر والماء والهواء والتي فقدت حياتها كالشجرة اليابسة والحيوان الميت . واعم هذه الاعمال قوة الاغذاء والنمو والتوليد المشتركة بين النبات والحيوان فان بذرة الشجرة والحيوان الصغير يغتذيان من المواد الخارجة عنهما وينيمان ويولدان جسماً جديداً من جنسهما . ثم لما كان الحيوان اعلى رتبة من النبات في الصفة الحياتية ظهرت فيه اعمال ارفع درجة مما يشاهد في النبات اخصها قوة الحس والحركة الاختيارية الموقوفة على اجهزة خاصة تمكنه من الشعور باللذة والالم والانتقال من مكان الى آخر . واما الانسان فانه اعلى الحيوانات رتبة وبناءً ووظيفة ويميز عنها جميعاً بالنفس الناطقة

وهذا العلم قديم جداً يُستقصى الى زمن ابقراط او ما قبله وكثرة الكتب التي وُضعت له من ذلك العهد الى الآن دليل على اهميته . وقد جعله العلماء واهل السياسة والحكم علماً قائماً بنفسه وقسماً من الاحكام المدنية يُنظر فيه الى خير الافراد والعموم . وصارت بعض قوانينه من الامور الجبرية كتنظيف الشوارع والازقة والسجون ومنع مبيع اللحوم المريضة والخضراوات المتعفنة وغش الماكولات بمواد مضرّة وكيفية دفن الموتى ووضع المدافن في اماكن بعيدة عن السكن الى غير ذلك من المشهور . وجعلوا في بعض الممالك التلقيح للجذري وفحص المصابين بالامراض المعدية والبحث عن نقاوة المياه وانتشار العلل الوافدة من متعلقات الحكم المدني . فكانت النتيجة من ذلك نقصاً ظاهراً في عدد الموتى كما انضح من سجلات الولادة والموت في المدن والبلدان ولا سيما بين العساكر الخاضعين جبراً لقوانين الصحة التي يلزمهم الحكم بمراعاتها

غير ان الصحة امر نسبي فان القياس الصحي لواحد قد يكون دون المطلوب لآخر لان ضعيف البنية نحيف الجسم يظن الخلو من السم والمرض والالم كمال الصحة وهو كذلك له على ان هذا القياس مضحك للقوي الذي يتعاطى الاعمال الشاقة ويكاد لا يشعر بالتعب . وعلى هذا تكون صحة الطفل وصحة البالغ وصحة النساء والرجال واهل البر والمدن وقوي البنية وضعيفها شيئاً مختلف القياس . بل هي صورة عقلية مركبة من الصفات الجيدة التي تشاهد في اشخاص مختلفة واحتمال التعب وبشاشة الطبع ومقاومة البرد والحار وسوء المناخ والمعيشة واسباب المرض . وهذا هو السبب في تميز افراد البشر بالقوة والضعف والشدة والرخاوة والتوسط بينها فلكل قياس يطلبه ويندر من يظن انه نائل درجة الكمال كما انه يندر من يعرف قيمة الدرجة المتوسطة كما قيل العافية ناج على رؤوس الاصحاء لا يراه الا المرضى

لا يعرف الصحيح قيمة لما كان من الصحة حتى يُبتلى

يبدأ بقواعد الصحة بتدبير صحة الأم وهي حامل ليكون نمو الطفل اقرب الى الكمال ما امكن ثم يُنظر فيها بعد الولادة الى ما يتعلق بادوار الحيوة الثلاثة وهي دور النمو الذي يشمل زمن الطفولية والشباب ودور البلوغ اذ يبقى الجسد بحسب الظاهر ثابتاً لا يتغير ودور الانحطاط اذ ياخذ الجسد بالانحلال الذي يرافق الشيخوخة والهرم وينذر بنهاية الاجل المحدود للحيوة ويُنظر الى هذه الادوار الثلاثة من حيوة الانسان اولاً باعتبار الاحوال الطبيعية التي تحيط به من الشروط الضرورية للحيوة كالهواء الذي يتنفسه والماء الذي يشربه وطعامه الذي تنشأ منه كل اعماله الجسدية والعقلية والتربة التي يعيش فيها والشمس التي يتدفأ ويستنير بها الى غير ذلك من متعلقات الطبيعة. ثانياً باعتبار كونه عضواً في الهيئة الاجتماعية من حيث العوائد والصنائع والمسكن واللباس وما اشبهها. ثالثاً باعتبار كونه فرداً مستقلاً من حيث آرائه واحساساته واماله ومطالبه وعاداته الشخصية فانها جميعها عاملة في الصحة محتاجة الى الضبط والحجز

غير انه كثيراً ما يكون الانسان موضوعاً في حالات خارجة عن سلطته. فان الهواء النقي مثلاً ضروري للصحة وربما لم يكن للانسان خيار في تنفسه ولو كان فاسداً وربما لم يكن في طاقته ان يمنع الغير من افساده والاضرار بصحته وخيره رغماً عما يستطيع الحكم من اجرائه من القوانين. وهكذا في امر المساكن والصنائع التي كثيراً ما لا يستطيع الانسان ان ينتقل منها الى غيرها. على انه في وسعه ان يطلع على ما يؤول الى حفظ صحته ويراعي ضوابط كثيرة ترشده الى ذلك حتى اذا شملت البيوت والعيال أدت الى اسباب السرور ومنع المرض وإطالة العمر

اختلف العلماء في تقسيم هذا العلم فقسمة بعضهم الى صحة الافراد وصحة العموم وصحة العساكر والنوتية. وقسمة آخرون الى العوامل الداخلة في بناء الجسد التي تؤثر في صحة الانسان والعوامل الخارجة عنه التي تؤثر فيها. وقال غيرهم بل يجب النظر الى الصحة من حيث احوال الانسان الثلاثة وهي اولاً كونه فرداً وثانياً نسبتته

للأجسام الخارجة عنه وثالثاً التناسل ودوام النوع . ولما كان الغرض من هذا الكتاب إفادة الجمهور الذين ليس لهم اطلاع على المسائل الدقيقة الفسيولوجية والمرضية التي يُنظر إليها في التقسيم المذكور جعلناه فصولاً وأدخلنا فيها كل ما نلزم معرفته للعامة والعيال وصرفنا الجهد في سبيل البساطة والفائدة

هذا هو الغرض الأول من الكتاب . وبما ان كثيرين يرغبون في الوقوف على تمييز الأمراض الغالبة وأسبابها ووسائل التوقي منها وتديرها العام ولا سيما اذا لم يكن لهم وصول الى الطبيب اضفنا اليه قسماً خاصاً ذكرنا فيه ما يتعلق بذلك من الفوائد البسيطة التي فهمها لا يعسر على العقلاء والعمل بها نافع سليم العاقبة . فهو قسماً القسم الأول في حفظ الصحة والثاني في الأمراض وتديرها العام . والله المسأول ليكون جزيل النفع للذين يتوقف على صحة أجسادهم

وعقولهم وآدابهم خير البلاد

وخير الذرية التي

تخلفهم

القسم الاول

في حفظ الصحة

الفصل الاول

عمر الانسان وادواره

العمر هو مدة الحياة وقد ورد في الاسفار المقدسة ان ايام سنينا هي سبعون سنة وان كانت مع القوة فثمانون سنة. ولا ريب ان هذا الاجل هو الاعتيادي فتندر مجاوزته واذا تجاوزته الانسان كان ذلك على سبيل الشذوذ الذي لا يبنى عليه قياس. فانه من المحقق ان بعض افراد البشر قد فات مئة سنة من العمر غير ان ذلك نادر جداً خارج عن القياس الطبيعي. وقال جماعة ان عمر الانسان يجب ان يمتد الى مئتي سنة وينبوا هذا الزعم على مراقبة اعمار الحيوانات التي تعيش خمسة اضعاف سن الكمال في النمو فذهبوا الى ان الفرس مثلاً يبلغ كمال البناء والقوة في السنة السابعة وانه اذا وافقته كصفات الحياة عاش خمساً وثلاثين سنة وان الانسان لا يبلغ الكمال من التركيب الجسدي قبل الاربعين فيجب ان يعيش مئتي سنة. وفساد هذا القول ظاهر من وجوه كثيرة اخصها انه لم يبلغ احد هذا السن مع اختلاف كيفية الحياة بين افراد البشر في كل صقع ومكان

الانسان بطيء النمو بالنسبة الى جميع الحيوانات فلا يستطيع ان يهتم بامر معيشته الا بعد ولادته ببضع سنين ولا يبلغ اشد من قوة الجسد والعقل الا بعد سنة العشرين. والظاهر ان هذا التأخر في عمل النمو ضروري للرتبة العالية التي يبلغها اخيراً لاننا نشاهد في جميع الخليقة الآلية اي الحيوانات والنباتات ان اعلاها رتبة هو ما يقضي زمناً طويلاً في الاستعداد لكمال النمو وطول العمر كما يظهر من مقابلة شجر السنديان بنبات القرع. ومن الفوائد الجلية لبطء النمو في الجنس الانساني ارتباط العيال وامكان وسائل التعليم التي تورث الجيل التالي ما اكتسبه الجيل السابق من تهذيب العقل والآداب

وقد بحث بعض العلماء بحثاً دقيقاً في سجلات الموتى فظهرت لهم نتائج كلية خلاصتها على ما يأتي :

اولاً بحث المعلم برداخ في مليون من الموتى فرأى ان ٤٥٨٢٧١ ماتوا في الست عشرة سنة الاولى من العمر و ٤٠٥٤١ في الثلاث والخمسين سنة التابعة و ١٢٥٢١٨ في ما بقي من العمر. وقال العلامة درابر ان ٢٢ في المئة يموتون قبل نهاية السنة الاولى و ٢٧ في المئة قبل السنة الخامسة وان تسعة من العشرين يموتون قبل السنة الخامسة عشرة وان نصف البشر يموتون قبل السنة الخامسة والعشرين وان معدل العمر نحو ٢٢ سنة. وقال العلامة ليفي ان الموت النسبي يكثر في السنين الخمس الاولى ثم ينقص الى زمن البلوغ فيكثر حينئذ الى السنة الثالثة والعشرين ثم ينقص الى السنة الستين ثم يزيد بين الستين والسبعين ولا يتجاوز هذا السن اكثر من واحد في ثمانية من افراد البشر

ثانياً ان خطر الموت اشد على الذكر منه على الانثى الى الشهر السادس بعد الولادة ثم يتساوى الى زمان البلوغ ثم يشتد في البنات الى السنة الثامنة عشرة ثم يشتد جداً في الذكور من السنة الثامنة عشرة الى السنة الثامنة والعشرين وهو دليل على ان التمتع بالشهوات لا يضعف الصحة فقط ولكنه كثيراً ما يكون سبباً للموت قبل

اوانه . ومن السنة الثامنة والعشرين الى الخمسين يزيد خطر الموت على الاناث لسبب ما يتعرضن له من الحمل والولادة والارضاع ثم بعد الخمسين يتساوى الخطر بين الجنسين

ثالثاً ان خطر الموت اشد على الاطفال مدة البرد في فصل الشتاء اي مدة شهر كانون الاول والثاني وشباط ثم ينقص كلما تقدم الطفل في السن الى ما بين السنة الثامنة والثانية عشرة فيشتد في الربيع وهو الفصل الذي تشد فيه الامراض الوافدة ثم يتساوى الخطر ولا يكون اختلاف بين الى السنة الخمسين فصاعداً فيعود خطر الشتاء كما كان في الطفولة واما في الشيخوخة المتقدمة فاكثرت الموت يكون في الشتاء حتى انه صار من الاقوال الجارية عند العامة "ان شباط عدو الشيخوخة". ومن الامور المحققة الآن ان اكثر موت الاطفال والشيخوخ يكون في الشتاء وان هذا الموت يزيد اذا كان الشتاء كثير البرد وهو دليل واضح على وجوب التخفيف على الاطفال والشيخوخ من التعرض للبرد

ومن المعلوم ان الانسان يتقلب في اطوار مختلفة من العمر يصح تسميتها بادوار الحياة . واقسامها الاصلية ثلاثة الطفولية والشباب والشيخوخة ولها اقسام فرعية وهي ١. الطفولية الاولى الى السنة السابعة ٢. الطفولية الثانية الى الخامسة عشرة ٣. البلوغ وهو الحلم عند العرب وتند الى السنة الحادية والعشرين ٤. الشباب وهو الى السنة الخامسة والثلاثين ٥. الكهولة الى السنة الخامسة والاربعين ٦. سن التفتقر الى الستين ٧. سن الشيخوخة الى الهرم والموت. غير ان هذه الفواصل تقرب ان تكون وهمية لان الادوار متداخلة بعضها في بعض بحيث يتعسر التمييز بين نهاية الدور الواحد وبداية الدور التالي حتى ان بعضهم قال انه لا يوجد الا فاصل واحد في طريق الحياة وهو زمن البلوغ فجميع ما قبله استعدادي له صاعد اليه وكل ما بعده هبوط منه وتفتقر الى حالة الضعف الاصلية . وقال ايضاً ان تعاقب هذه الادوار لا يكون في جميع الافراد بالسرعة الواحدة ولو كان ترتيبها لا يقبل الخلل لان السرعة

والبطوة موقوفات على المناخ والطعام والمهنة والعوائد والشهوات فنرى هرماً منتهك القوى وهو لم يجاوز الثلاثين ونرى ابن السبعين قوي البنية نشيط الاعمال وان ما عدا الاسباب الطبيعية المهيئة للعجز السريع وناخر القوة دخلاً عظيماً للوراثة في ذلك فان اصحاب البنية الشديدة والعمر الطويل النشيط كثيراً ما يورثونهم لدربتهم وعلى هذا لا يكون مجرد السن دليلاً قاطعاً على وقع الاعمال في ادوار العمر الطفل عند الولادة في غاية ما يكون من الضعف ولا يظهر فيه شيء من اشارات العقل فلا يدرك شيئاً مما يراه ويسمعه ويقضي اكثر زمانه بين النوم والبكاء. وهو لا يستطيع ان يدور من الجانب الواحد الى الآخر بل يبقى ملتقى كما وُضع ولا يستيقظ غالباً من النوم الا لسبب الجوع او الألم. ويكون جلده عند الولادة مغطى بطبقة بيضاء اولاً ثم تجرثم ثم تغيب بعد ايام قليلة. اما المادة الصفراوية المجمعة في الامعاء عند الولادة فيخرجها في اليوم الاول والثاني ثم ياخذ الجهاز الهضمي بعلمه المألوف ولا يتبسم الطفل قبل ما بين ثلاثة وستة اسابيع واذا بكى فلا يذرف دمعاً غير انه لا يلبث زمناً طويلاً حتى تظهر منه علامات تدل على ما يرضى به او يابأه وعند نهاية السنة الاولى او بعد ذلك بقليل ياخذ بالوقوف والمشي ثم بالمضغ. ويبرز غالباً السنان الفاطعان المركزيان في الفك السفلي نحو الشهر السابع ثم في الفك العلوي ثم القواطع الجانبية بين الشهر الثامن والعاشر ثم الاضراس المقدمة نحو الشهر الثاني عشر ثم الانياب نحو الشهر الثامن عشر ثم الاضراس الخلفية بين تلك المدة والسنة الثالثة. فتكون جملة الاسنان الى السنة السابعة عشرين سنة عشرة لكل فك وهي اربع قواطع وناياب واربعة اضراس. ويقال لها الاسنان اللبنية والزمنية وذلك لانها تسقط وتبدل بغيرها بعد السنة السابعة. وهذه يقال لها الاسنان الدائمة. واما زمن ظهورها فالغالب الاضراس الكبيرة المقدمة في السنة السابعة والقواطع المركزية في الثامنة والجانبية في التاسعة والاضراس الاولى والثانية الى السنة العاشرة والانياب من الحادية عشرة الى الثامنة عشرة والاضراس

الكبيرة الثانية في الثالثة عشرة والاضراس الاخيرة ويقال لها اضراس العقل من السابعة عشرة الى الحادية والعشرين. وجملتها ٢٢ سنًا ستة عشر لكل فك وهي اربع قواطع ونابان واربعة اضراس صغيرة وستة كبيرة

ويبدأ ظهور قوة النطق قبل الشهر الثاني عشر او الخامس عشر ومن اول الحروف التي يلفظها الطفل الالف والباء والميم. وحينئذٍ ياخذ العقل في تمييز التأثيرات الكثيرة التي تطرأ عليه وحصص الفكر في شيء واحد دون غيره. ولا يخفى ان قوة حصر الفكر هو الاساس الرئيسي في الاختلاف بين قوة العقول ومن المعلوم ايضا ان من يتصور الشيء جليًا امكنه غالبًا التعبير عنه بوضوح. ولذلك كان جانب عظيم من فائدة بعض العلوم المدرسية كعلم الحساب والكالجبر والهندسة تمرين العقل على هذه العادة حتى اذا انتقل منها الى مسائل اخرى حصر قوته فيها وادركها حتى الادراك وعبر عنها بالدقة والصراحة

ولا تدل هيئة الوجه في اوائل الحياة الا على اللذة والالم ثم تصير كما المرأة يشاهد فيها كل ما يجري في العقل من الاحساسات والانفعالات الباطنة

معدل طول الذكر عند الولادة ثمانية عشر قيراطًا ونصف وطول الاناث ثمانية عشر قيراطًا وثلث. ويكون نموه سريعًا حينئذٍ ثم يبطؤ الى السنة الخامسة ثم يكون نحو قيراطين في السنة الى السنة الخامسة عشرة ثم ينقص الى قيراط ونصف ثم الى قيراط ويتم الطول نحو السنة الحادية والعشرين. واما الاناث فانهم اقصر من الرجال وينتهي الطول فيهن قبل الذكور. واهل المدن اطول غالبًا من اهل البر وراحة المعيشة ويسرها ما يزيد في الطول خلافًا للفقر والتعب. والطول الزائد لا يجتمع غالبًا مع القوة العظيمة وطول العمر

معدل الثقل عند الولادة نحو ست مئة درهم وكثيرًا ما يبلغ ثمان مئة وقد يكون الفًا. وهذا يزيد الى سنة الاربعين في الذكور والخمسين في الاناث ثم ياخذ في النقص نحو الستين فيفقد الشخص بعضًا من ثقله وقيراطين وثلاثة ارباع من

طوله اذا بلغ الثمانين

حيوة الانسان من الولادة الى البلوغ شبيهة بالحيوة النباتية لان اكثر ما يطلبه هو الطعام والنوم والرياضة وهي حالة الاقوام البربرية ويمارس هذا الميل عند اهل المدن بوسائط التعليم العقلي التي تشارك وسائط نمو الجسد والقوة. ويكون نمو القوى العقلية سريعاً جداً الى السنة السابعة ثم يبطؤ شيئاً فشيئاً الى الاربعين فيقف حينئذٍ الا من حيث ما يدخل على العقل من اسباب المعرفة والخبرة. فاذا بدأت الشيخوخة عند الستين اخذ الانسان في الانحطاط الجسدي والعقلي وضعفت عمل المؤثرات الخارجية فيه فيظلم بصره ويخف سمعه ويقل فهمه حتى اذا قرأ كتاباً ضجر من عدم ادراك المعنى. واذا بلغ الشيخوخة المتقدمة لازم بيته وجلس بقرب النار متوكئاً على عصاه

من ضروريات الهيئة الاجتماعية ان يضع الشرع حداً لبداية سن الرشد وحرية التصرف فجعل اهل الشرق السنة الخامسة عشرة واهل اوروبا الحادية والعشرين حد السن المذكور. ولا يخفى ما يظهر في بداية سن البلوغ من التغيرات الجسدية التي تحدث للذكر والانثى حينئذٍ وظهور الحياء في الانثى والشجاعة وعزة النفس والاقدام في الذكر والمحبة الجنسية في كليهما. الى هذا السن يعيش الانسان لنفسه ولا يطلب اكثر من سد احتياجاته الحاضرة ثم بعد ذلك تصير حياته للمستقبل ويُرعى فيها نسبة الفرد الى النوع

واما دور الانحطاط فيبدأ بعد ان يدوم الجسد ثابتاً بضع سنين وربما كان ذلك بعد الاربعين فيأخذ الجسد في نقص القوة وضعف الوظائف وتخط قوى القلب والتنفس والهضم وتهزل العضلات ويتكرش الجلد وتجد المفاصل وتخف الحواس الظاهرة وتسقط الاسنان ويشيب الشعر وتصاب الشرايين ويفقد الجسد مرونته وتختفي قامته

قبل اذا كان نمو العقل سائراً في خطوات نمو الجسد بحيث يزيد اذا زاد

وينقص اذا نقص كان ذلك دليلاً على ان موت الجسد هو موت النفس ايضاً .
وقد انفتحت جميع العائلة البشرية على انكار هذا القول وهذا الاتفاق العام برهان
على ان الاعتقاد بخلود النفس امر راسخ في البناء الطبيعي لا يخرج عنه الانسان الا
بالترية في الفكر وكره الطبع على ما يباه العقل . هذا وان لاشيء من الهوى او
القوى الطبيعية يصير الى العدم على اتفاق العلماء قاطبة فكيف يمكن مصير
النفس وقواها الى العدم . وخلود النفس ادلة راهنة ادبية ودينية لا محل لذكرها
هنا الا اننا نقول بالاجمال انها مقنعة لعقل الناس وافضلهم وان هذا الاعتقاد
هو المساوى العظمى لقصر هذه الحياة وبطلانها وشرورها



تدبير الاطفال

القواعد الصحية التي يجب الالتفات اليها في تدبير الاطفال هي اولاً انه بعد
قطع سرة الولد بوضع في طبق ماء فاتر ويغسل ويُنظف من الطبقة الدهنية التي
تكسوه عند الولادة ثم يُشَف بمنشفة لينة ويلبس ثياباً موفقة . ويجب ان يعاد
الغسل مرة كل يوم بلا انقطاع مدة سنتين ثم يدام الغسل مرتين او ثلاث مرات في
الاسبوع . اما فوائد الغسل فالنظافة ومنع الامراض التي تنولد من اضرار الجسد
والجسد وتحسين الصحة

ثانياً اثواب الطفل تختلف بحسب اختلاف البلاد والفصل غير ان
الضابط الصحي في ذلك هو ان تكون واسعة لينة مؤلفة من قميص ومنطقة من
الفلانلا وثوب طويل يتجاوز القدمين تختلف مادته بحسب انقصل وجوارب قطن
او صوف . ولا يصح ان ينام مع والدته بل يُخصَّص له سرير موافق ويحذر من
التطرف في الغطاء لان البرد مضر وكذلك زيادة التدفئة

ثالثاً اوفق الطعام للطفل لبن والدته الذي اعدته له الطبيعة فاذا عدل الى

غيره كان ذلك سبباً عظيماً للضرر. ولذلك يجب قصر الطفل على لبن امه الا اذا كان هناك مانع ظاهر فيبدل بلبن مرضعة صحيحة الجسم فتيه السن عمر لبنها يقرب من عمر الطفل ما امكن. ثم ان لبن الام لا يظهر قبل اليوم الثالث فيكون شبيهاً بمادة صمغية الى ذلك اليوم وهو اوفق ما يكون للطفل لانه يُخرج المادة الصفراوية السوداء من امعائه. واما عادة النساء في ارضاع الطفل حال ولادته من غير امه او اعطائه مشروبات مختلفة قصد التغذية او الاسهال فامر مضر محضاً لان الطفل يولد وفي معدته كفاية من الغذاء الى ان يحضر لبن والدته وقد شاهدنا ذلك مراراً في تشریح الاطفال الذين يولدون موتى. غير انه يجب ان يُقدم الولد لثدي امه بعد الولادة بضع ساعات فيعود الرضاعة ويستخرج المادة الصمغية المفيدة له وينبّه الثدي لعماله الطبيعي. واما اوقات الارضاع فليس لها ضابط بل هي امر تابع لاحتياج الطبيعة وطلب الطفل للغذاء الذي يتميز بالبكاء وباضطراب طرفيه العلويين ودوران راسه الى اليمين واليسار وفتح الفم طلباً للثدي. قيل ان الطفل يحتاج الى ٢٠٠ درهم من اللبن في اليوم مدة الشهر الاول ثم الى ضعف ذلك في الشهر الثاني. فاذا زادت الكمية عما ينبغي اعقبها القي او الاسهال. ولا يجوز اطعام الطفل شيئاً قبل الشهر السادس فيعطى حينئذ قليلاً من الطغها كالارز وورق اللحم الخالي من الدهن ويتدرج الطفل في ذلك الى زمن الفطام بين السنة الاولى والثانية فلا يُرضع اقل من سنة ولا اكثر من سنتين

رابعاً لا يخرج الطفل من البيت قبل اليوم الخامس عشر ثم اذا كان الفصل والطقس موافقين يرسل الى الخارج كل يوم مرة الى ان يتعود الخروج اليومي طلباً للهواء النقي مع الاحتراس من البرد وزيادة الحر

لا يحتاج الطفل في زمن التسنين الاول الا الى ما سبق من ضوابط الصحة وخالصتها اللبن الجيد واللباس الموافق والنظافة والاستحمام اليومي بالماء الفاتر والتعرض للهواء النقي. ثم اذا بلغ التسنين الثاني بين السنة السادسة والسابعة

وجب ارساله حينئذ الى المدرسة ولا فائدة من تعليمه قبل ذلك بل ربما اضره الا اذا كان خفيفاً جداً. لان هذا السن سن النمو السريع فيجب الالتفات الى الوسائط التي تأول الى ذلك مع الحذر ما يمانعه كحصر الجسد في البيت وحصر العقل في الدرس. ويجب ان تكون المدارس فسحة ذات منافذ موافقة لادخال النور والهواء وان تكون اوقات الدرس مرتبة بحيث انهما لا تمنع الاولاد من اللعب والرياضة وانه لا يُغفل عن قول القدماء ان ما يُطلب هو عقل صحيح في جسم صحيح فلا يغني الواحد عن الآخر

وليس من شيء خصوصي يقال في تدبير السن المتوسط من الحيوة الا ما سيذكر في فصول هذا الكتاب ولا سيما في فصل العوائد. واما تدبير سن التمهيد الذي يمتد غالباً من السنة الخامسة والاربعين الى الستين فيقوم بالاعتدال في كل ما يتعلق بالحيوة وتجنب شديد الانفعالات النفسانية والافراط في الشهوات الجسدية مع الطاعة لشروط الصحة التي سيأتي الكلام عليها بالتفصيل

الشيخوخة المتقدمة عبارة عن فساد تدريجي في وظائف الجسد حادث عن تغلب التحليل على التركيب وهو عكس ما يكون في دور النمو والنماء الوعية الشعرية ورسوب مواد غضروفية او ترابية في الوعية الدموية الكبيرة والقلب. وعلى هذا يكون الشرط الاول في حفظ صحة الشيخوخة حفظ القوة الحيوية بواسطة الطعام الجيد وما ياول الى الهضم السليم وجودة الدورة الدموية مع تجنب الاسباب المضعفة كالنعيب المفرط للعقل والجسد والسهر والانفعالات النفسانية والحذر من البرد والرطوبة والتغيرات الجوية مع ترتيب الحيوة ومقاومة الامراض عند اول ظهورها

الفصل الثاني

الجنس

من زمن الولادة الى البلوغ قلماً يظهر اختلاف بين الذكر والانثى الآ في ما يتعلق بالبناء التناسلي . واما عند الادراك فيخشن صوت الذكر ويتسع الصدر ويظهر الشعر في الوجه . وفي الانثى يتسع الحوض ويبرز الصدر ويظهر الدور الشهري فيعرف الفرق بينهما حينئذ من اول نظرة

وما عدا الاختلاف المذكور آنفاً فان الرجل اقوى واشد واخشن بنية من الانثى وعضلاته اني وعظامه اكبر وقامته اطول واعرض وهو في الجملة اشجع في اقتحام الخطر واقدم على الامور واما الانثى فانحف والطف بناءً ناعمة الجلد صغيرة الوجه مجموعها العضلي ضعيف وقامتها اقصر وادق

وقد ظهر من عدد الذكور والاناث في اوروبا ان الذكور اكثر قليلاً فنسبتهم الى الاناث كنسبة ١٠٦ الى ١٠٠ وهي قاعدة مطردة ليس لها شذوذ في جميع الممالك التي اقيمت فيها المقابلة ولو اختلفت النسبة المذكورة قليلاً وربما كانت حكمة العناية في ذلك النظر الى زيادة تعرض الذكور لاسباب الموت مما يتأتى من مشاق السفر واطوار البحر والحرب الى غير ذلك . ويظهر من هذه النسبة ايضاً ان الحكمة الالهية لم تجهز اكثر من زوجة واحدة للرجل فيكون تعدد الزوجات امراً مخالفاً لما وُضع في الطبيعة . ويظهر ايضاً من نخافة اجسادهن ان المرأة لم تُخلَق للاعمال الشاقة فاذا غُصبت الى ذلك كما هو المشهور عند الاقوام المتوحشين كان ذلك معاكساً للوضع الطبيعي ومضراً بصحتها

قوة الانثى بالنسبة الى قوة الذكر كنسبة ١٦ الى ٢٦ فهي سريعة التعب .
 ونصل الى دور البلوغ قبل الذكر وحينئذ تحقر الصبيان الذين من عمرها ثم
 يتحوّل الاحقار الى الحياء منهم . ومن صفات الانثى انها شديدة الميل للمديانة واذا
 خُدعت مرة صارت حذرة في المستقبل واذا اُهيئت كانت شديدة الانتقام وهي تحب
 زينة اللباس اكثر من الذكور . وقواها العقلية اضعف من قوى الذكور غير انها
 اشد منهم احساساً وانفعالاً واكثر صبراً على احتمال الألم والمشقة . ولها المنيّة الادبي
 الاول في نظام العائلة فان الرجل الذي ثقلت عليه الايام من خيرها واسوأها
 ولم تثبت له صداقة بين رفقاءه ورأى صيرورة كل شيء الى الزوال وخابت آمال
 مساعيه في الدنيا او رآها باطلة اذا نالها ووصل الى الوهن والهرم عرف شدة محبة
 الوالدة وثبات محبة الزوجة وعرف ان صداقة النساء امر يبتدىء عند بداءة الحيوّة
 ولا ينتهي عند نهايتها . فهي التي تحمله وتلدّه وترضعه وتخدمه وتعني به الحيوّة بطولها
 ثم نعمض عينيه عند الموت وتندبه وتبكي وتصلي على قبره . فليس من العدل ولا
 الحق ان تحقر الانثى او تُظلم او يُهمل تعليمها او يحجز عليها في البيت كما يحجز الاسير
 والمسجون لسوء الظن فيها مع ان الرجل اقرب منها الى الاثم . ذلك من عوائد
 الحشونة التي تترد سوء عاقبتها على الفاعلين الذين اذا ظلموا الانثى ظلموا انفسهم
 واولادهم

الفصل الثالث

الامزجة

اذا نُظر الى افراد البشر شوهد ان لكل منهم صفات خاصة به تميّزه عن

سواءً بحيث أنه يستحيل وقوع المشابهة التامة بين شخصين وعدم التمييز بينهما. ومن الظاهر أنه لو لم يكن الامر كما ذكر لكان التشويش الواقع بين الناس من هذا القبيل سبباً لحراب الهيئة الاجتماعية لانه اذا لم يمكن معرفة الرجل لزوجته والاب لابنه والاخ لاخيه وتميز الواحد عن الآخر تفحل رباطات العيال وتهدم الحقوق الشرعية غير انه يشاهد ايضاً ان كثيرين من البشر مشتركون في صفات عامة أدت الى تقسيم العائلة البشرية الى فروع متعددة لا محمل لذكرها هنا بالتفصيل وإنما نقول بالاجمال ان اكثر العلماء اتفقوا على تقسيمها الى خمسة فروع وهي التوقاسي الذي يسكن اوروبا وغربي اسيا وشمالي افريقيا. والمغولي في اسيا المتوسطة والشمالية والصين ويا بان. والزنجي في افريقيا مع نسله في غيرها. والاميركاني وهو سكان اميركا الاصليون ويقال لهم هنود اميركا ايضاً. والمالاي في جزائر اسيا كبورنيو وفي استراليا وزيلاندا الجديدة وغيرها. ومن المعلوم ان الفرع التوقاسي افضاها

ومن الصفات الشخصية التي يشترك بها الافراد ما يقال له المزاج وهو عبارة عن كيفية خاصة بالبناء الجسدي والعقلي اصلية او مكتسبة لها علامات تميزها وقيل انها ناشئة عن تغلب بعض القوى الطبيعية على غيرها. وذهب القدماء الى ان الامزجة اربعة وهي الدموي والصفراوي والسوداوي والبلغمي تبعاً للاختلاط الاربعة بمعنى انه اذا تغلب الدم مثلاً في الجسد كان المزاج دموياً وهكذا في ما بقي. وقسمها بعض المتأخرين الى ثلاثة الدموي والعصي والمفاوي وازدادوا عامتهم الى ذلك

المزاج الصفراوي

المزاج الدموي. يتميز اهل هذا المزاج بيباض الجلد ورقته وحمرة الوجه وزرقة العيون وخفة لون الشعر او حمرة وامتلاء الجسد مع نشاط الدورة الدموية والتنفس والقوة الهاضمة. واما صفات عقولهم فانه يغلب فيهم محبة الذات ولكنهم يتقبلون فيها ولا تظهر فيهم علامات الثبات في الامور فاذا عزموا على شيء عدلوا عنه واذا صادقوا احداً بدلوه بغيره واذا احبوا مالوا الى التقلب وراعوا اللذة

أكثر من الشرف . وفيهم أقدم على الأمور العظيمة ويقين شديد بالنجاح ثم إذا قاومتهم الصعوبات قطعوا الأمل وانشؤا عما شرعوا به وإذا صادفوا نجاحاً يكون ذلك نتيجة سرعة أعمالهم لا نتيجة حسن التدبير وثبات العمل . وهم مائلون إلى سرعة الغضب مع سرعة زواله والصغح للغير ويشاهد فيهم طلاقة الوجه والنشاط وحسن الأمل

ويشاهد هذا المزاج في الحداثة أكثر من الكهولة أو الشيخوخة وفي النساء أكثر من الرجال وربما كان بعضهم من أعلى رتبة في جواذب الجمال والطف والعقل إذا اجتمع فيهم الثقة والبراءة والمحبة وبشاشة الطبع مع اعتدال النامة والامتلاء وصفاء اللون وبياضه الشديد

أكثر اصحاب المزاج الدموي من الذين يسكنون المنطقة الشمالية المعتدلة . وهم أشد من غيرهم تعرضاً للأمراض التي تصيب جهاز الدورة الدموية كأمراض القلب والشرايين والنفز . ولكنهم أقرب إلى قياس الصحة النامة وكمال نمو الأعضاء وجودة وظائفها وإذا مرضوا كانت أمراضهم واضحة منتظمة السير تنتهي غالباً في مدة قصيرة ويندر تجاوزها إلى درجة الأزمان

المزاج اللمفاوي ويقال له البلغي أيضاً وهو تقيض الدموي ويتميز اصحابه برخاوة العضل وضعف النبض وبطؤ النفس وصفرة الوجه أو يياضه مع الكمودة وخضرة لون العينين أو لونهما السنجابي وربما مال إلى الزرقة ولطافة الجلد وميله إلى الشمس عند التعرض للشمس . وهم غالباً ضخام الجسم بطيئون الحركة لاشيء فيهم من الخفة التي تشاهد في اصحاب المزاج الدموي

وكذلك صفاتهم العقلية فإن الانفعال العقلي بطيء قليل النشاط والذاكرة وقوة حصر الفكر ضعيفتان ولذلك لا يشاهد فيهم ميل للتفكر والدرس والاجتهاد العقلي أو الجسدي ويندر اشتهاؤهم بين الناس بالأعمال العظيمة . غير أن لهم صفات حميدة كالثبات في الأمور فإذا لم يكثروا من عدد الأصدقاء كانت

صداقتهم غالباً دائماً وإذا لم يتحموا مشروعات عظيمة ثابروا على مصالح الحياة الاعيادية وقاموا باعبائها. وقال العلامة مولر إذا اقتضى الأمر سرعة العمل كان الرجل البلخي قليل النجاح بالنسبة إلى غيره ولكن إذا لم يكن داعٍ إلى ذلك نال مقصده بالهدوء بينما يقع الآخرون في اغلاط كثيرة أو يخرفون عن طريقهم بواسطة شهواتهم. وهو يعرف المجال الخاص به فلا يتعدى إلى دائرة غيره أو يخاضع الناس ولكنه يوجه أفكاره إلى الغاية التي يريد بها ويحذر الغلط ويسير سيراً هادياً ثابتاً راضياً خالياً من افراط هيجان اللذة وشدة الألم

ويشاهد أصحاب هذا المزاج غالباً في البلاد الباردة الرطبة وفي الشيوخوخة أكثر من الشباب. والأمراض المعرضون هم لها ما يعود إلى ضعف الانسجة ورخاوتها وضعف الدورة الدموية كالآلتهابات الدونية ولا سيما التهاب الأغشية المخاطية والعلل الختبرية كأمراض الغدد المفاوية والتدرن الرئوي والأمراض الجلدية وأنواع الاستسقاء

المزاج الصفراوي. الصفات التي تميز أصحاب هذا المزاج شديدة الوضوح وهي سمة لون الوجه أو صفته مع الكودة وسواد الشعر والعينين ونشوة الجلد وصلابة العضل وقوة النبض وغور التنفس مع نخافة الجسد أي قلة اللحم فيه ومئاته وكبر المفاصل وبروز الوجنة

وأما صفاتهم العقلية فهي العزم والثبات ونشاط العقل وعدم الاكتراث بالصعوبات وحدة الطبع وشدة التأثر والانتقام الذي ربما أدى إلى الفسادة والظلم. وقال العلامة شراند أن الرجل الصفراوي المزاج حازم الرأي يأخذ فيه بالثقة والدوام لا يكل من التعب ولا يتثنى عما يشرع فيه وإن الذين حكموا العالم وضبطوا مصالحة مثل الإسكندر ويوليوس قيصر وبطرس الأكبر كانوا من أصحاب هذا المزاج وإن الصفة الغالبة فيهم محبة الرياسة والارتقاء كما أن العشق متغلب في الذين مزاجهم دموي وأنهم لا ينالون العلاء الذي يطلبونه إلا بالخذاع والحيلة وثبوت

العزم بلا انقطاع

المزاج الصفراوي يشاهد غالباً في سكان الاماكن الحارة من المنطقة المعتدلة.
واما الامراض المعرضون لها على نوع خصوصي فهي علل الكبد واحشاء الهضم
والحميات والدوسنطاريا

المزاج العصبي. يتغلب في اصحاب هذا المزاج ظواهر الاعمال العصبية والعقلية
وهو يتميز بخافة البناء الجسدي ولطافته ورقة الوجه ولمعان العينين واستدارة
الراس وصغر اليدين والرجلين وسرعة النبض ونشاط التنفس وعدم انتظام الهضم
وضعف المجموع العضلي وسرعة التعب

وصفاتهم العقلية الحذق والذكاء وشدة الخيلة وادراك الامور العويصة. فهم
الذين يفنون قواهم الجسدية في السهر والدرس ويخوضون في المسائل العلمية. غير
انهم يطلبون التغيير فاذا اخذوا في شيء اتجهت اليه كل قواهم ولكنهم لا يثبتون فيه
واذا لم تلهمهم مبادئ الديانة والادب رضخوا لشدة شهواتهم. والنساء اقرب الى هذا
المزاج من الذكور الا انه كثيراً ما يُكتسب من العادة ويتغلب بين الاقوام
المتمدنين. واما الامراض التي تعترتهم على نوع اخص فهي الامراض المعروفة
بالعصبية ولا سيما الاستيريا في الاناث والماليخوليا والجنون

الامزجة المركبة. يندر مشاهدة المزاج الصرف بين الناس بحيث انه يقال
ان صاحبه خال من صفات مزاج آخر بل الغالب جداً ان الانسان مركب من
نوعين او اكثر ولذلك يقال احياناً المزاج الدموي اللفاوي والدموي الصفراوي
والدموي العصبي الى غير ذلك. وقد يكون التركيب متساوياً فاذا اشتد تغلب
احد الامزجة على الآخر ونُسب الى الشخص. وليس المراد بهذه التسمية زيادة
الدم في الواحد مثلاً او الصفراء في الآخر بالنسبة الى غيرها بل تغلب بعض القوى
الطبيعية بحيث انه يحدث من ذلك صفات عامة مميزة لبعض الافراد دون
غيرهم تتعلق بالبناء الجسدي والعقلي على ما سبق

الفصل الرابع

الاستعداد الإرثي للمرض

من النواميس الاولى الطبيعية ان الجسم الحي يلد جسماً حياً من جنسه وهو ناموس عام لجميع اجناس النبات والحيوان. واذا تخالف النوع بين الذكر والانثى كان المولود متوسطاً بينهما في الصفات كالبلغل الذي تشاهد فيه صفات الحمار والفرس وكذلك المولود من الابيض والزنجي في البشر. ولا ينحصر هذا الناموس في مسألة الجنس والنوع ولكنه يمتد الى الافراد. لاننا اذا نظرنا الى الفرس مثلاً رأينا ان ولد الفرس الكريم كريم وانه يشبه ما يلدّه بالشكل والحجم واللون الى غير ذلك من الصفات الفردية وكذلك الثور والكلب وغيرها من الحيوانات الاهلية. بل ربما خالف الذين يربونها انواعاً او افراداً في التناسل لينالوا نوعاً جديداً كما هو المشهور عند الذين يربون الحمام وغيرها الى هذا ينسب تحسين الحيوانات الاهلية وايصالها الى درجة عظيمة من فائدها للبشر

ويظهر ناموس الإرث في الانسان من حيث شكله العام ونسبة اعضائه بعضها الى بعض فترى في حركاته وهيئته وجهه وكيفية صوته وما يتميز به من الوظائف تلك النسبة العجيبة التي تدوم بين المولود ووالديه بعد انفصاله عن الام واكتسابه جميع الصفات الفردية. وليس المراد بذلك ان صفات الوالدين تُجدد في المولود منها على نوع تام بل انها تظهر فيه على سبيل المشابهة القريبة من جهة رسم الجسد العام وهيئة والقامة واللون الى غير ذلك. ومن المشهور ايضاً ان طول العمر

وقصره كثيراً ما يكون امراً موروثاً وكذلك التشويه الخلقي وبعض العاهات كالبله
والشفة الشرماء الى غير ذلك

وكثيراً ما يظهر في الولد الصفات العقلية والادبية التي للأب ولو علمت فيها
التربية والتعليم . فانه من الامور المقررة بالمشاهدة انه اذا كان عقل الوالدين
متصفاً بالجودة ومهذباً بالعلم كانت اولادهم غالباً اجود عقلاً واقرب الى التهذيب من
اولاد اصحاب العقول الضعيفة وكذلك الصفات الادبية . وعلى هذا نرى عامة
الناس متفقين على مراعاة الاصل والنسب في اعتبار الافراد . غير انه من الواضح
ايضاً ان التربية عملاً عظيماً في مقاومة الصفات القبيحة من العقل والادب التي يرثها
الطفل من اسلافه حتى انكر البعض وراثه الجودة والقباحة في الصفات وقالوا
ليست هي اموراً موروثه بل هي من نتائج التربية والكيفيات المحيطة بالشخص
والعاملة فيه

ومن هذا الباب الاستعداد الارثي للمرض ولا يخفى ما في هذا الشأن من الاهمية
الكبرى للافراد والعيال والجمهور من حيث الخطر للصحة والمسئولية العظمى على
الطبيب والعامل في مقاومة الميل الطبيعي للمرض من زمن الولادة الى حين
الموت . ولا بد من التمييز بين الامراض التي تولد مع الطفل كالمرض الزهري
واستعداده لمرض كان في احد والديه فهو الاستعداد الارثي دون الاول . وقد
يتعرض الوالدان والاولاد لاسباب مرض واحد فاذا اصابهم جميعاً لم يحسب من
هذا القبيل لان الداء المختبري مثلاً ينشأ بين سكان المنازل الرطبة التي لا يبدل
الهواء فيها ولا ترى شيئاً من اشعة الشمس فلا يكون ذلك من باب الارث بل من
باب السبب الواحد العامل في كثيرين في زمن واحد على انه اذا طالت هذه
الاسباب نشأ منها قوم اردياء الصحة يورثون نسلهم الاستعداد المرضي . وعلى هذا
يكون المراد بناموس الارث المرضي لا نفس المرض الذي كان في الوالدين بل
الاستعداد للوقوع فيه وهذا لا يكون فاعلاً الا في كيفيات معلومة موافقة له . ومن

هنا يتبين فائدة علم حفظ الصحة الذي يرشد الى ذكر هذه الكيفيات والاسباب المؤدية الى انتشار المرض الذي يحشاه الانسان من ناموس الارث
هذا وان الانتقال الارثي حداً لان من قوة الطبيعة اصلاح الجنس مما يصيب الافراد. ولذلك يندر وقوع جميع اولاد العائلة المصابة بعلته وراثية في تلك العائلة فان الغالب جداً سلامة بعضهم. ويظهر من شواهد كثيرة ان الامراض الارثية قد تزول مع توالي الاجيال لان الطبيعة تميل على الدوام الى العود الى الرسم الاصلي الذي هو رسم النظام والصحة. وبناءً على ذلك قد زال داء الجد من اوروبا ولم يبق له اثر الا في نروج وكذلك قد فقد الداء الزهري شدته الاصلية فان التمدن وتقدم علم الصحة بين الناس يؤديان الى اصلاح الجنس البشري

ويتعسر احياناً معرفة الخط الذي يسير فيه الاستعداد الارثي فانه قد يتجاوز جيلاً واحداً ثم يظهر في الثاني وقد ينحصر في قسم واحد من العائلة او في الاناث مثلاً دون الذكور. ولهذا القول امثلة كثيرة يشاهدها الطبيب على الدوام منها ما قاله الدكتور ليفي وهو انني اعرف عائلة ماتت الام فيها بعلته سرطان الثدي ثم مات اثنتان من بناتها بهذا الداء والثالثة لاتزال في خطر منه واما الاولاد الذكور فاصحاء. ويشاهد احياناً اب وام صحيحان من والدين مانا بالسل يموت اولادها بهذه العلة وهو مثال على انتقال المرض من الجد. وكذلك اذا ظهر المرض في اولاد العم او اولاد الخال فانه يستقصي غالباً الى الجدود. غير انه في الحكم على مثل هذه المسائل لابد من النظر الى ما ذكرناه سابقاً من عمل اسباب واحدة في اعضاء عائلة كبيرة كالهواء والماء والمكان والمهنة والمعيشة بحيث يصير جميعهم عرضة لمرض واحد غير موروث بل مكتسب من الكيفيات السائدة

فما تقدم يتضح لنا صحة الضوابط التي وضعها ارباب هذا العلم وهي اولاً عدم جواز الزيجة بين فردين معرضين للعلة الواحدة كالسل الرئوي مثلاً لان الاولاد يكونون حينئذ في خطر عظيم من الموت بهذا الداء بل يجب ان يُطلب للواحد

منها الذي فيه استعداد ارثي زوج خالٍ من ذلك . ثانياً تحريم الزيجة بين الاهل
 القريبين الذي عوّلت عليه جميع الاديان من الامور الصوابية لانه قد ثبت من
 المشاهدات المتعددة ان الزيجة بين الاقارب مضرّة بالنسل ولو كانت بين اولاد
 العم او الخال ولا سيما اذا تكررت في العيال كما هو مشهور في اهل العشائر في هذه
 البلاد الذين انحصرت زيجتهم منذ اجيال كثيرة في عيال قليلة فكانت النتيجة
 كثرة المجنون والصرع والفالج والنشوب الخفي بينهم . ثالثاً ما لا يجوز تزويج الشيخ
 للبنات الفتاة لان في ذلك مخالفة لمقتضى الطبيعة وعاراً عظيماً على من يفعله واضراراً
 كثيرة منها ان نسل العاجز يكون ضعيفاً . وكذلك لا تصح الزيجة في اول زمن
 الحداثة لكل من الفريقين . واما التزويج بالبنات قبل بلوغهن واستعدادهن
 الطبيعي لذلك فمن القبائح البربرية التي يشجبها علم الصحة ومنتضى الادب . رابعاً
 يجب مراعاة ناموس المخالفة في الزيجة من حيث المزاج فلا يصلح اقتران المفاوئين
 ببعضهم البعض او العصبيين كذلك لئلا تظهر اشد الصفات المزاجية في الاولاد .
 خامساً اذا خرجت هذه الضوابط عن دائرة الاختيار لم يبق الا الاعناء بالطفل
 على نوع مقاوم للاضرار التي تُخشى فنقوم له مرضعة صحيحة البنية شديدة العافية وبطال
 زمن الارضاع ثم اذا فُطم دُبّر له تدبير خاص مدة الحداثة والشباب من حيث
 المعيشة والمتاع والصناعة دفعاً للعلل المستعدة لها من عمل الناموس الارثي
 واما العلل التي تنتقل من الوالدين الى الاولاد على سبيل الاستعداد الارثي
 وكيفية مقاومتها بالتدبير الصحي والعلاج فمن متعلقات الطبيب ولا محل لذكرها هنا
 وانما نقول انه يجب عليه دراسة المستعد للمرض بالتدقيق ليعرف ما يشور هوبه
 من الوسائط الموافقة للنجاة من العلة التي تهدد الشخص وهي في الجملة التعرض للهواء
 النقي والنور واللباس الموافق والطعام الجيد المغذي والرياضة الكافية وتجنب
 الاسباب المضعفة

الفصل الخامس

العادة

الفرق بين المزاج والعادة ان المزاج صفة اصلية للبنية والعادة صفة مكتسبة من الاستعمال المتكرر. وهي عبارة عن ميل طبيعي لاعمال معلومة ناشئ عن استعمالها السابق المرة بعد المرة بحيث ان الميل المذكور يصير ملكة في النفس يعسر او يستحيل زوالها. ومن امثلة ذلك الشعور بالجوع في الاوقات الدورية التي يتعود الانسان تناول الطعام فيها وكذلك النعاس في الزمن الذي يتعود النوم فيه الى غير ذلك من العادات المألوفة

سبب العادة في اول الامر تاثيرات خارجية فاذا تمكنت بواسطة الاستمرار استغنت عن الاسباب المذكورة ورسخت في النفس ومن الشواهد على ذلك عادة تدخين التبغ المعروف بالتتن فانه يكون اولاً لطلب بعض الاصدقاء او التشبه بهم او اعتقاداً بانه مفيد للصحة ثم بعد الاستمرار عليه مدة يصير الميل اليه شديداً طبيعياً لا يحتاج الى تلك الاسباب الاصلية التي أدت اليه

ومن الامور المقررة من هذا القبيل ان التأثيرات الناشئة من استعمال بعض الفواعل تضعف مع التكرار فيحتاج الى زيادة كميتها. من ذلك المشروبات الروحية والافيون والتبغ فقد يبلغ الانسان منها ما اذا استعمله غيره اضره او قتله. وقد يتعود الانسان اموراً مضرّة جداً فلا تضر به كتعود المناخ الردي والهواء الفاسد فترى خلقاً كثيرين يعيشون في اماكن لو دخلها غيرهم يوماً واحداً لمضوا في الحال. ومن ذلك ما يتعوده بعض البرابرة من اكل السمك النيء وشرب دم

الحوانات وتبيل الطعام بالخلتيت عند الايطاليين واكل الصيد عند اول وقوع الفساد فيه وغيرها من العادات التي يصطلىح عليها بعض البشر ولا يمنع ضررها الا الالفة لها وهو ما اراده الشاعر بقوله "لكل امرء من دهره ما تعودا" وقد يكتسب الانسان عادة للمرض فيصير قابلاً له عند حدوث سبب ضعيف لذلك كما يشاهد في التهاب الرئة والكبد والكلية وغيرها . ووضح الامثلة على ذلك الحى المتقطعة المعروفة بالدور فان سببها الاصلى المشهور هو بخار المياه المستنقعة في الاجنة والبطائح فاذا لازمت مدة صار عدم رجوعها بعد الشفاء امراً عسراً لان السبب الخفيف كالعرض لهواء الليل الرطب يعيدها فكانها الفت العليل واخذت منه مأخذ العادة فتتردد عليه رغماً عن العلاج وتغير الهواء

نقسم العوائد الى جيدة وردية . اما الجيدة فهي التي تأول الى حسن الصحة وهي ما ينشأ عن تدبير السيرة والحياة بحسب قوانين الصحة من حيث الطعام والشراب واللباس والنوم والغسل والرياضة والهواء النقي وضبط الشهوات واستطلاق مفرزات الجسد في اوقات معينة الى غير ذلك مما سيأتي بالتفصيل في هذا الكتاب . ولا ريب في ان الزمن الموافق لاكتساب هذه العوائد هو زمن الطفولية والحداثة فان اول ما يبادر اليه الطفل عند خروجه الى ساحة الدنيا هو الرغبة في ان يرى كل شيء ويمسه ويطلع عليه ويمائل الذين حوله في كل امر فهو كالشمع الذي ياخذ هيئة العوامل التي تفعل فيه فيشب على ما يناله من التربية وتربو معه العوائد التي يالها في حداثة سنه . ولذلك كان من اهم واجبات الوالدين الالتفات الكلي الى صلاح تربية اولادهم في الخصال الحميدة ووقايتهم من المزايا الردية واقناعهم او اجبارهم بالاقلال عنها اذا رأوها فيهم لئلا نتمكن منهم فيعسروا لها . شعر

ان الغصون اذا قومتها اعتدلت ولا تلين اذا صارت من الخشب

اما العوائد الردية فيراد بها ما يؤدى الى المرض او ما يكون مرضياً باعتبارها في نفسه . وهي كثيرة لا يسعنا في هذا المختصر الا ذكر اخصها . منها الملائخوليا وهي غم

دائم مستول على النفس فيتوهم الانسان انه مبتلى باسقام وامراض مختلفة او ان له اعداء كثيرين وانه عرضة للخطر الدائم وان حياته حياة الشقاء والتعس لا يصادفها الا المعاكسة والكدر فيطلب الوحدة ويندب سوء حاله وربما انتهى امره الى الجنون. وكثيراً ما ينشأ ذلك عن زيادة صرف الفكر الى ما يتعلق بحالة الجسد او الدنيا فاذا تمكنت منه هذه الافكار وصارت عادة مستمرة انتقلت الى الحالة المرضية. ومن هذا النوع شوق الغريب الى الوطن والاهل بحيث انه اذا افترط التردد به صار ذلك فيه مرضاً عقلياً ربما ساق الى علل جسمية وهو كثيراً ما يصيب الجنود المبعدين عن اوطانهم. وفي مثل هذه الحال يجب اشغال العقل عن التصورات المذكورة والهاوؤ عنها بكل ما يمكن ولا سيما بالسفر وتغيير المناظر

ومن العوائد المضرة القراءة في الليل على ضوء ضعيف وقراءة الخط الرفيع ولا سيما خصلة قريب ما يُقرأ او يعمل الى العينين فان كل ذلك ينهي بالخلل المعروف بقصر البصر (ميوبيا). واما الذين يجهدون بصرهم في رؤية الاشياء البعيدة فيحدث لهم علة مخالفة للسابقة وهي المعروفة ببصر الشيوخ. ومن المعلوم ان هذا الخلل يقاوم بواسطة زجاجات مقعرة لقصر البصر ومعدبة لطوله والاولى الحذر من العوائد التي تسوق اليه. وكذلك الحول الذي يتبدى احياناً في الاولاد قصداً ثم يصير عادة ثابتة

ومما يجب الالتفات اليه والاهتمام به عادة اطلاق الامعاء مرة كل يوم فاذا غفل عن ذلك صار القبض خلة دائمة مضرة بالصحة وعسرة الزوال. والذين يصابون بذلك يستعملون المسهلات على الدوام فتتعود الامعاء عدم العمل الا بالوسائط الاصطناعية. والاولى ان تقاوم هذه الحالة بالدواجل بالرياضة اليومية المنتظمة والطعام الموافق وعلى الخصوص بتكليف الاستطلاق في ساعة معلومة من كل يوم وافتها بعد فطور الصبح. وربما لم ينتج هذا التدبير في اول الامر ولكنه ينتج على الاستمرار وحينئذ يجب الدوام عليه مدة الحياة

وهناك عادة قبيحة يستعملها الشباب لا نستطيع ان نذكرها الا على سبيل
 الاشارة. هي خصلة سرية يظن الذين يارسونها انهم يتمتعون باعظم اللذات بلا شيء
 من الثمن او خطر الفضيحة او الضرر. وهي مما يتعلمه بعضهم من بعض ولا سيما في
 المدارس والمعاشرة وربما لم يدل عليها شيء الا ما تكشفها احوالهم الخارجية كاصفرار
 الوجه وغور العينين مع الهالة الزرقاء المحيطة بهما واتساع الحدة واشارة العار
 والذل في السحنة وتجنب الناس وطلب الوحدة. ومن الاعراض المرضية المصاحبة
 لهذه العادة المعيبة او مما تؤدى هي اليه الضعف العام الذي كثيراً ما يشاركه ضعف
 في العقل ايضاً وخفقان القلب وسوء الهضم واعراض عصبية ربما بلغت درجة
 الصرع ونقص او فقد الحماسة والنخوة والشجاعة والمروءة والاقدام على الامور العظيمة
 وبالاجمال صفات الرجولية. ومما تؤدى اليه اخيراً الضعف التناسلي والعنة وشقاء
 الحياة الناشئة عن ذلك. فيرى مما تقدم انها ليست امراً سليماً كما يتوهمها قصار
 الخبرة بل هي امر عظيم له فعل شديد في حالة الشاب الحاضرة والمستقبل
 من حيث صحته وصفاته الادبية وسعادة او شقاء حياته. ولذلك يجب على الذين
 يتولون تربية الاحداث ان يراقبهم ويوضحوا لهم اذا لزم ما ستر عنهم من سوء عاقبة
 هذا الافساد المعيب

واما الافراط في الوظيفة التناسلية والانحراف عما هو طبيعي والتباحات التي
 يرتكبها بعض البشر ولا يرتكبها وحوش الارض فمن الامور التي لا تكتب ولكنه يقال
 بالاجمال انها مما ينال الفصاص العاجل على طرق مختلفة لا يصح ذكرها هنا

الفصل السادس

البنية

يراد بالبنية حالة الجسد العامة من حيث القوة والضعف. وهي ناشئة عن اجتماع صفات كثيرة باعتبار صحة الاعضاء والسن والجنس والمزاج والميل الارثي والعوائد مما تقدم ذكره بحيث انه يتألف من كل ذلك كيفية خاصة بالشخص يحكم منها بقوة المجموع الجسدي او ضعفه. فاذا كانت البنية قوية تميز صاحبها بصحة الاعمال الحيوية والقدرة على مقاومة اسباب المرض والنهاة السريعة وتجديد القوة بعد فقدانها بواسطة المرض. واذا كانت ضعيفة كان صاحبها اكثر قبولاً للمرض والناثر من اسبابه وبطوء رجوع القوة عند النفاة. فمثل البنية مثل الآلة الميكانيكية التي اذا كانت موادها جيدة واجزاؤها متينة التركيب كانت اقدر على احتمال مشقة العمل مما لو كانت على غير الكيفية المذكورة

ونتميز البنية عن المزاج بان المزاج يتعلق باختلافات واضحة بين الافراد من حيث عمل الفواعل الحيوية في العقل وان البنية تتعلق ببناء الجسد الاصلي وسلامة اعضائه ونسجه. فالبنية اعم من المزاج لانها الفطرة الاصلية لطبيعة الفرد وهو صورة من بعض صورها. ولذلك يكون صاحب البنية قوية كانت او ضعيفة ذا مزاج من بعض الامزجة التي سبق ذكرها

علامات البنية الضعيفة واضحة لا تحتاج الى الاسهاب واخصها نقص في قوة القلب والرئتين والمجموع العصبي فيكون الصدر ضيقاً مفرطاً والعضل رخواً وقوة الجسد بجملة قليلة ويكون الشخص عديم النشاط سريع التعب. وقد نحسن البنية

الضعيفة بالتدبير الصحي الموافق لان الطفل الذي يولد في حالة الفقر ويربو في الكيفيات التي لا تؤدى الى نمو الاعضاء التام كعدم كفاية الطعام واللباس والنور والهواء النقي قد تصطبغ بنيتة بواسطة انتقاله الى الاحوال المخالفة لما ذكر وبالعكس تضعف البنية القوية بواسطة الافراط في المشروبات الروحية واستعمال التبن والشرابة في الطعام واجهاد الاعضاء التناسلية والتعرض الطويل للاسباب المضعفة عقلية كانت او جسدية وتردد الامراض والكدر الدائم . ومن هذه الاسباب المضعفة ايضا التعرض لمشاق السفر والتغيرات الجوية وقلة النوم وعدم كفاية الطعام الجيد واللباس والمأوى كما يحدث للعساكر مدة الحروب وللمسايح الذين يقاسون احوال الاسفار الطويلة في اراضٍ متفرة او بين اقوام بربرية

اذا كان الطفل ضعيف البنية من اصل فطرته وجب الاعناء الخصوصي به من اول حياته فتستعمل له الوسائط التي سبق ذكرها في الكلام على تدبير الاطفال . ومتى نما يُبدل طعام اللبن باللحم ولا يُحصَر في البيت بل يُرسل الى الخارج ليتنشّق الهواء النقي ما امكن ولا يُرسل الى المدرسة قبل السنة السابعة او قبل ان يبلغ القوة الاعتيادية لاحتمال مشقة الدرس . ثم اذا شب ولم تنزل بنيتة ضعيفة وجب مداومة جميع الوسائط التي من شأنها التقوية كالرياضة على انواعها من المشي وركب الخيل والصيد والسفر مع تجنب الاسباب المضعفة . ولتختم الكلام في هذا الفصل بالقول ان قوة البنية من اعظم اسباب الصحة ولذا التمتع باعمالها ودفع المرض والسقم والقدرة على ما يقع للانسان من واجبات الحياة

الفصل السابع

الهواء الجوي

الهواء من جملة العوامل الضرورية للحياة كالطعام والنور والحرارة بحيث أنه اذا انتقطع عنها هلك الحيوان والنبات معاً . وهو مزيج مؤلف من كميات ثابتة لا تتغير من غازين الأكسجين والنيتروجين بنسبة نحو الخمس من الأول وأربعة أخماس من الثاني مع قليل من الحامض الكربونيك وكمية مختلفة من البخار المائي . وهو محيط بجميع الكرة الأرضية ويمتد الى مسافة نحو ٤ ميلاً من سطحها فكانه بحر واسع يتناول منه النبات الحامض الكربونيك والحيوان الأكسجين لقيام الحياة فيهما . ويتجدد على الدوام بان ما ياخذُه النبات يعطيه الحيوان وما ياخذُه الحيوان يردُّه الى الهواء فيتمكون من ذلك دور متصل تتوقف عليه ظواهر الحياة على ان المادة لا تزيد ولا تنقص ولو تغير مكانها او صورتها . ومزلقته خارج الجسد منزلة الدم داخله فانه الوسط الخارج الذي نعيش فيه كما ان الدم هو الوسط الداخل الذي تستنصى اليه الحياة . غير انه كما ان الهواء من شروط الحياة الاولى قد تعرض عليه تغيرات جوية وقد تخالطه مواد غريبة او تختلف نسبة الاجزاء المؤلف هو منها بحيث يحصل من ذلك ضرر عظيم للصحة ربما أدت الى الموت . وسباني الكلام على ذلك بالتفصيل

التهنفس

التهنفس عبارة عن دخول الهواء الى الصدر وخروجه منه ويقال للاول الشهيق ولثاني الزفير . وكيفية العمل في ذلك ان في التجويف الصدري عضوين هما

الرئتان اللتان يستطرق اليهما الهواء بواسطة القصبة وشعبها. بناء الرئة من خلايا هوائية تنتهي اليها الشُعَب الدقيقة المتفرعة من شعب اكبر منها وهذه الشعب الكبيرة منتهاها الى القصبة الموضوعة في مقدم العنق والمستطرفة الى الانف واما السبب العامل في دخول الهواء وخروجه هوائه في ارض التجويف الصدري عضلة مستعرضة يقال لها الحجاب الحاجز فاصلة بين التجويف المذكور والتجويف البطني وهي محدبة من اعلى مقعرة من اسفل تنقبض وتنبسط على التوالي. فاذا انقبضت تسطح تحديدها واتسع التجويف الصدري فيدخل الهواء من الانف الى القصبة ثم الى الرئتين لاجل اشغال الخلاء الذي تكون من انحدار الحجاب الحاجز واتسع التجويف الصدري. ثم اذا انبسطت وعادت الى حالتها الاولى دُفع الهواء من الرئتين الى القصبة وخرج من الانف كما دخل. وهكذا يتم عمل التنفس المؤلف من شهيق وزفير متعاقبين بلا انقطاع ومثله مثل المنفاخ الذي اذا تباعدت احدى طبتيه عن الاخرى دخل الهواء الى باطنه ثم اذا تقربت اليها خرج من حيث دخل

الغرض العظيم من التنفس تطهير الدم ويتم ذلك بامرين الاول دخول الاكسجين الى الدم والثاني خروج الحامض الكربونيك منه. والتفصيل في ذلك انه اذا دخل الاكسجين الدم اتحد بالمواد الدائرة من انسجة الجسد التي تلقى الى السيل الدموي فيتكون من الاتحاد المذكور مركبات كيمياوية جديدة تبرزها الطبيعة على طرق مختلفة كالعرق من الجلد والبول من الكليتين والزفير في التنفس. واخص المواد المبرزة من الرئتين في التنفس الحامض الكربونيك. وعلى هذا يكون الدم الجاري في الجسد بمنزلة النهر الذي يجري في ارض فيسقي اهلها واشجارها ويحمل اقدارها الى مصبه لان الدم يغذي انسجة الجسد ويحمل منها ما تحلل الى بعض الاعضاء لكي تبرزه الى الخارج. ثم من جملة ما يحدث من الاتحاد الكيماوي بين الاكسجين والمواد المتحللة تولد الحرارة الحيوانية التي هي من شروط الحياة

الحامض الكربونيك المبرز من الرئتين بواسطة التنفس من اشد السموم للحياة ولذلك اذا تنفسه الحيوان أو حُجِر في الدم كما يحدث في الخنق والغرق كانت النتيجة الموت حالاً

معدل كمية الهواء التي تدخل الرئتين في كل شهقة نحو ثلاثين قيراطاً مكعباً ومثل ذلك في الزفير. على انها تختلف قليلاً تبعاً للاشخاص فهي اقل في الاناث منها في الذكور وفي الضعفاء والقبلي الحركة مما في الاقوياء واصحاب الاعمال الجسدية. ويشاهد نشاط التنفس في صغار الحيوان الذين يحتاجون الى كمية عظيمة من الغذاء لاجل النمو فيكون نشاط التغذية مصحوباً بنشاط التنفس

ولما كان التنفس من الشروط الاولى للحياة وجب الالتفات الى كل ما باول الى تقوية هذه الوظيفة. وهذا يتم بواسطة الرياضة الكافية ولا سيما مدة حلالة السن اذ تكون الاعضاء في حالة النمو. فيجب حينئذ ان يتمرن الولد في انواع اللعب والرياضة الجسدية المعروفة عند الاوروبيين بالجمناستيك وهو سواء للصبيان والبنات فان ذلك يقوي عضلات الصدر ويزيد في نموها وفي العمل التنفسي. واذا وقع اغفال عن هذه الوسائط في زمن الحداثة كانت البنية بعد ذلك ضعيفة وتفتقر الفرصة بحيث لا يمكن تعويضها في المستقبل. ولذلك لا يجوز حصر الاولاد في المدرسة ساعات كثيرة متوالية بل يجب ان يعطوا فرصة للتنزه والرياضة كل ساعين او ثلاث

ومن الامور المضرة بالتنفس ما يصطلح عليه بعض النساء من الملابس الضيقة وحصر الصدر فيها فان ذلك معارض لاتساع التنفس كما انه مخالف لمقتضى الطبيعة. ومثل ذلك يقال في شد الحزام المعروف بالزنارين الشبان لانه يضغط القسم السفلي من الصدر والقسم العلوي من البطن ويضر بالتنفس كما انه قد يكون سبباً للفتق البطني

ومن العادات القبيحة التي تؤذي الصحة نوم جملة اشخاص في غرفة واحدة

مغلقة الابواب والنوافذ فان ذلك يفسد الهواء على وجهين الاول تنفس الهواء الواحد الذي تزداد فيه كمية الحامض الكربونيك كلما طالت المدة والثاني تنفس النجس الخارج من الرثة والجلد. واذا اضفنا الى ذلك قذر السكان واثوابهم وفرشهم صار الهواء ردياً حاملاً مواد سامة وسبباً لامراض كثيرة ولذلك اذا لم يمكن تقليل عدد النيام في غرفة واحدة وجب ترك بعض النوافذ مفتوحة فتحة كاملاً او بعض الفتح لاجل ابدال ما فسد من الهواء بما هو نقي. واما خوف العامة من دخول البرد فوهم لان دخول بعض الهواء البارد اقل ضرراً من تنفس الهواء الفاسد

فيتضح مما تقدم ان تبديل الهواء في المساكن من الامور الضرورية لحفظ الصحة لانه لا يفقد بعض الاكسجين ويشتد بالحامض الكربونيك فقط ولكنه تخالطه مواد حيوانية بخارية مبرزة من الجلد والرثين لا تصلح للتنفس بل هي سامة للدم وعلة لانحراف الصحة والهجوم المرض. واما كيفية تطهير الهواء فيتم بتسليك مجرى من الريح في المساكن والمدارس والجوامع والكنائس بواسطة فتح نوافذ متقابلة. واما غرفات النوم فيجب فتح نوافذها مدة النهار وغلقها قبل وقوع رطوبة المساء في الفصول الباردة وانما في الصيف فلا مانع من فتح بعضها في الليل بشرط ان لا يكون مجرى الهواء سائراً على سرير النوم ولا سيما للاطفال. ولا بد من التحفظ من الهواء البارد الرطب في كل زمان ولا سيما مدة النوم وبعد التعب وعند وجود العرق. ومن الواجب ايضاً تعريض الفراش والشراشف للهواء كل يوم ولو بضع دقائق ومن مدة الى مدة تعزيل البيوت وتبريد بيوت الخلاء وطرش المحيطات لاجل تنقية الهواء من المواد العفنية والابخرة الفاسدة

تركيب الهواء وما يعرض له من الفساد

تقدم ان الهواء مزيج مركب من الاكسجين والنيتروجين بنسبة معلومة لا تتغير في جميع الاماكن. غير انه يتخالطه في حالته الطبيعية مواد اخر اخصها الحامض

الكربونيك والاوزون وقد تعرض عليه مواد غريبة ربما أدت الى الضرر بالصحة
او الى الموت

اما الحامض الكربونيك فنسبته الطبيعية نحو اربعة اجزاء في عشرة آلاف
جزء من الهواء وهو يزداد في الليل وعند قم الجبال العالية وفي المدن والاماكن
المزدحمة بالناس وفي بيوت النوم. وقد شوهد من التجارب انه اذا كان هذا الغاز
صرفاً لم يمكن تنفسه على الاطلاق واذا كان كثيراً في الهواء كان ساماً. ومن جملة
الحوادث التي تدل على ضرره عند ازدحام الناس انه سُجِن ليلة ١٤٦ رجلاً في
بيت طوله وعرضه ١٨ قدماً وفيه نافذتان صغيرتان فقط فمات اكثرهم في تلك الليلة
ولم يبق منهم حياً في الصباح الا ٢٢ نفرًا. وهو ثقيل فيخدر الى الاسفل كما هو المشهور
في الآبار التي يتولد فيها من التعفن وفي الدن الذي يختمر فيه النبيذ فان السراج
ينطفئ في اسفلها. وكذلك ما يشاهد في مغارة الكلاب قرب نابولي فان الرجل يشي
فيها بلا خطر واما الكلب اذا دخلها وقع مغشياً عليه. ولهذا السبب يجب النوم
على الاسرة العالية ولا سيما في المستشفيات دفعاً للاضرار الناشئة من اجتماع الحامض
الكربونيك في اسفل المكان من التنفس مدة الليل والنوافذ مغلقة

والاوزون جوهر حديث الاكتشاف قيل انه حالة خصوصية من احوال
الاكسجين ناشئة عن عمل الكهربائية فيه. وهو لا يزال موضوعاً للبحث وغاية ما
توصلوا اليه من معرفة هذا الغاز هو ان كميته في الهواء تنقص او تفقد في الاماكن
المنخفضة وفي المدن وفي الاماكن المزدحمة بالناس ومدة الكويلرا. وانه مطهر للهواء
ومزيل للفساد والتثانة وان اكثر ظهوره في الاماكن المرتفعة النقية وقرب البحر وفي
فصل الشتاء. ولما ثبت عندهم ما لهذا الجوهر من الفائدة للصحة عرفوا فائدة
السكن في الاماكن المرتفعة المعرضة للشمس واستنشاق الابخرة العطرية الناشئة من
بعض الاشجار كالصنوبر وهواء البحر فان جميع هذه الكيفيات صالحة لتوليد الاوزون
وعمله في تنشيط قوى الجسد الطبيعية

ومن المواد التي تعرض للهواء وتفسده وتضر بالصحة ما ينبعث من الاجسام الحيوانية والنباتية ولا سيما ما يخرج من الجسد البشري بواسطة البخار الرئوي والجلدي . وللابخرة المذكورة رائحة خصوصية وتشربها الاثواب والاسرة وفرش البيوت وتلتصق بالمحيطان وقد تدوم فيها زمناً طويلاً . وقد بحث عنها الكيماويون فوجدوا انها مواد آتية سريعة الفساد والافساد لما تتخالط من الهواء والماء وانها السبب العظيم العامل في الضرر من ازدحام الناس في اماكن اجتماعهم فان الانسان لا يخرج من تلك المحافل الا ويشعر بتعب عام وصداع او ثقل الراس لا يزول الا بعد الخروج الى الهواء برهة . واذا كان الاجتماع غاصاً في اماكن ضيقة لا يتجدد الهواء فيها وطالت مدته كما يحدث في السجون والسفن فكثيراً ما ينشأ من ذلك حميات ردية واوبئة . وقد تحقق العلماء ان كل ذلك ناشئ من افراز جسدي اخرجته الطبيعة فاذا دخلها ايضاً كان ساماً . ومن جملة الشواهد التي اوردوها بهذا الشأن ان الحمى التيفوسية فشنت مرة في اوكتفورد في سنة ١٥٧٧ بواسطة احضار مسجونين الى دار القضاء لاجل المحاكمة فاهلكت اكثر من ٥٠٠ نفس . وكذلك في سنة ١٨٥٠ في لندن عند محاكمة نحو ١٠٠ من المسجونين اصابته هذه الحمى جمهوراً من الذين حضروا فهلك نحو اربعين شخصاً منهم اربعة قضاة . وقد شوهد احياناً ان المادة السامة تلتصق بمحيطان السجون والمستشفيات وتستعصي ازلتها بالغسل والطرش والقشر فيضطرون الى الهدم . ومن الامور المقررة ايضاً ان اثواب المرضى بهذه الحميات تُعرض للشمس والهواء الى ان تزول رائحتها قبل امكان الحكم على السلامة من العدوى لمن يغسلها

البخار المائي

يتضمن الهواء الجوي دائماً كمية من الماء في الحالة البخارية تختلف بحسب حرارة الهواء وكثافته والفصل والموضع والعلو . وهي ناشئة عن البخار الصاعد من

الابحر والبحيرات والانهر فاذا ارتفعت عن سطح الارض ولاقت مجاري الهواء العالية الباردة كثفت وسقطت على هيئة مطر او برد او ثلج او ندى بحسب برد الطبقة التي تمر فيها. وقد استنبطوا آلة لمعرفة كمية البخار المائي في الهواء وسموها الهكرومتر ولكمية البخار المائي في الهواء تأثير عظيم في الصحة. فانه اذا كان الهواء مشبعاً بالبخار كان العرق من الجلد والبخار المائي من الرئتين قليلين وكثر الافراز البولي والعكس اذا كان الهواء جافاً. واذا كان الهواء رطباً حاراً احدث ارتخاء وضعفاً في الجسد. وقال القدماء اذا كان الهواء رطباً اعان ذلك في تحليل المواد الآلية المحمولة فيه وادى الى الفساد والامراض الوافدة. ومن المشاهد ان المرضى ينهون بسرعة متى كان الطقس جيداً والبارومتر مرتفعاً. واذا كان الهواء رطباً بارداً ادى الى التهاب المسالك التنفسية والمفاصل والى الاسهال والدوسنتاريا لانه يحبط درجة الحرارة الحيوانية وينقص العرق الجلدي واذا طالت هذه الحالة فشلت الامراض الوافدة وكثر الموت. واذا كان جافاً ودرجة حرارته مرتفعة زاد البخار الجلدي والرئوي وحدث ذلك نقصاً ظاهراً في ثقل الجسد وهو ما يشاهد في الذين يصرفون فصل الصيف في سواحل هذه البلاد. واما اذا كان جافاً بارداً فهو منعش القوي الطبيعية ومفيد للصحة وهو من اخص الاسباب التي تأول الى الفائدة المعهودة من الانتقال الى الاماكن المرتفعة في الجبال مدة الفصل الحار

الملاريا

يراد بالملاريا فساد يعرض على الهواء وينشأ من تحليل مواد نباتية في مستنقعات المياه المنخفضة الراكدة. واختلفوا على ماهية الفساد المذكور فذهب البعض الى انه ابخرة غازية منبعثة من استنقاع النبات وتحلل في المياه وقال غيرهم انه مواد فطرية دقيقة متولدة من هذه المستنقعات ومنشرة في الهواء. على انهم اتفقوا انها اذا دخلت الدم بواسطة التنفس كانت السبب الرئيسي في احداث الحميات

المنطقة والمتفجرة على انواعها وهي المعروفة عند العامة بالحميات الدورية
واما الاحكام التي تتعلق بعمل الملاريا واضرارها بالصحة فهي اولاً انها افعل
بجوار منشأها مما اذا كانت بعيدة عنه. ولنا مثال على ذلك في مدينة بيروت فان
الذين يسكنون عند نهرها معرضون للحميات المتقطعة وقلماً يشاهد بينهم واحد
صحيح الجسم واما هواء المدينة التي لا تبعد عن النهر الأمسافة قريبة فحيد والحميات
الدورية قايلة فيها. ثانياً يشتد عمل الملاريا في الاماكن المنخفضة ومدة الليل وعلى
الخصوص نحو شروق الشمس وغروبها. ثالثاً قد تُجَلَّ الملاريا بواسطة الارباج من
محل منشأها الى اماكن جيدة الهواء غير انه اذا اجتمعت في مكان فتبدها الارباج
الشديدة وتنتفيح منها. رابعاً للملاريا شراهة عظيمة للماء فينتشر بها من الهواء بحيث
انه يصير نقياً. ومن الادلة على ذلك ان الملاحين لا يصابون بالامراض الملارية
اذا لازموا سفنهم وانه اذا توسطت بقعة من الماء بين المستنقعات وارض لا تبعد
عنها سلمت تلك الارض من فعل الملاريا. وكثيراً ما شوهد ان شرب المياه
المستنقعة يحدث الحُمَّى. خامساً للملاريا الفة للاشجار وغيرها من المواد الآكية بحيث
انه اذا تعرضت غابة بين المستنقعات والمساكن حمئها من النتائج المضرة. وقيل ان
تعليق قاش رقيق على الابواب والنوافذ في الاماكن الملارية واستعمال الناموسيات
حول الاسرة يمنع دخول المادة المؤذية. سادساً اشعال النار مفيد في منع الضرر
وهو ما يعمل العساكر والسياح حول الخيام اذا حلوا في مواضع ملارية. سابعاً من
الوسائط المفيدة بهذا الشأن استعمال كميات صغيرة من الكينا صباحاً ومساءً للذين
يضطرون الى التعرض لهواء الارض السبخة

فينتج ما تقدم ان تجفيف المستنقعات وغرس الاشجار بجوارها من الامور
الواجبة لصحة الذين يسكنون قريها. ومدحوا على الخصوص شجر اليوكالبتس
وقالوا انه مهلك للمادة الملارية على انهم اختلفوا على التعليل عن فائده فقال جماعة
ان اوراقه تمتص المادة المذكورة وقال غيرهم انه معين في توليد الازون الذي يصلح

فساد الهواء على ما تقدم. واما الذين يضطرون الى مجاورة هذه المواضع فيجب ان يتعدوا عنها ما امكن ويحلوا في المرتفعات ويتجنبوا هواء الليل ونداه وبرده ويراعوا في الجملة ما ذكر في الفقرة السابقة

الرياح

الرياح حركة الهواء الجوي نحو بعض الجهات حادثة غالباً عن اختلاف يعرض لدرجة حرارته. وذلك ان للهواء كثافة يُعبر عنها احياناً بالضغط الجوي الذي يراد به كمية ثقل عمود الهواء المتمد من سطح الارض الى علو نحو ٤٥ ميلاً. والثقل المذكور نحو ١٥٠٠ درهم على كل قيراط مربع عند مساحة البحر. فاذا اختلفت الكثافة في قسم منه بواسطة الحرا او البرد تغيرت الموازنة الطبيعية وتحرك الكثيف منه نحو اللطيف طلباً للتعديل فيقال لهذه الحركة الريح وقد استنبطوا آلة لاستعلام كمية كثافة الهواء تُعرف بالبارومتر فاذا صعد بها الى الاماكن العالية نقص ثقل الهواء الجوي وهبط الزئبق في انبوبة البارومتر واذا هبط بها الى الاماكن المنخفضة زاد ثقل الهواء وصعد الزئبق. وهي تنذر ايضاً بالتغيرات الجوية فان ارتفاع الزئبق يدل غالباً على الصحو وهبوطه يدل على قدوم المطر والارياح الشديدة

واما عمل الضغط الجوي في الصحة فقد ثبت من المشاهدة ان الذين يصعدون الى قم الجبال العالية او ينزلون في الآبار العميقة يصابون بعسر التنفس ونزف دموي من الانف والتم وديار الراس وغير ذلك من الاعراض المزعجة الناشئة من زيادة ضغط الهواء في الاماكن المنخفضة او نقصه في الاماكن المرتفعة. غير ان هذه الاعراض تزول بواسطة العادة والفة الجسد للكميئات المحيطة به. وقال العلامة لفي ان صفات اهل الجبال من خفة الحركة والنشاط والشجاعة ومجة الحرية ناشئة من اسباب كثيرة اخصها نقاوة الهواء وبرده ونشوفته خلافاً لهواء السهول الكثيف

المشبع بالبخرة مختلفة الجنس ومضرة بالصحة

لما كانت الارياح حادثة على جانب عظيم عن اختلاف درجة حرارة الهواء الجوي لم يكن لها غالباً ضابط معلوم . غير انه يظهر ان الارياح المنتظمة في المناطق المعتدلة ناشئة عن سخونة الهواء في المناطق الحارة وانه ربما يُعَلَّل بذلك عن هواء البحر المتوسط المعروف ببحر الروم الذي يهب من اواسط تموز الى نهاية آب ويبدأ من الساعة التاسعة ويدوم مدة النهار فقط ويسير من الشمال الشرقي الى الجنوب الغربي . ومن هذه الرياح نسيم البحر ونسيم البر اللذان يشاهدان على شطوط البحر المذكور هبوب الاول منها في النهار والثاني في الليل . وسببها ان الارض تسخن من حرارة الشمس قبل الماء فيتطّف هواؤها ويحريه نحوها الهواء الاكثف من البحر ويبدأ النسيم البحري الساعة التاسعة قبل الظهر ويدوم الى نحو الساعة الثالثة . واما في الليل فتبرد الارض ويكثف هواؤها بالنسبة الى هواء البحر فيحري نسيم منها اليه وهو نسيم البر

ومن الرياح المنتظمة الرياح الموسمية المتغلبة في البحر الهندي التي تهب من الجنوب الغربي من نيسان الى تشرين الاول ومن الشمال الشرقي اي من الجهة المخالفة من تشرين الاول الى نيسان . وفي الجملة رياح اسيا تهب نحو البر مدة الصيف وبالعكس مدة الشتاء . ومنها الرياح التجارية التي تهب في الاوقيانوس الانلاتيكي وتستعين بها سفن التجارة . ومنها رياح البحر المتوسط التي تجري من جهات مختلفة نحو صحراء افريقية الحارة الهواء . الرياح الغالبة في بيروت الجنوبية الغربية في الشتاء والربيع والصيف والشمالية والشمالية الشرقية في الخريف

واما عمل الرياح في الصحة فعظيم . وذلك اولاً لان مجاريه الدائمة تحمل المواد السامة والابخرة المتولدة في الارض والمياه وتبدها وتزيل ضررها على انه قد تأتى بها احياناً من الاماكن المصابة الى السليمة فتكون سبباً للمرض . ثانياً صدم الهواء للجسد من الامور المنبهة للجلد والدورة الدموية فقد يكون لطيفاً مفيداً وقد يكون

شد يداً مزعجاً. وإن كان بارداً جداً أوجب خفض الحرارة الحيوانية الى درجة الضرر أو الهلاك وإن كان حاراً جداً رفعها وإن كان مشبعاً بالرطوبة منع البخار الجلدي وإن كان حاراً جافاً أحدث عرقاً مفرطاً مضعفاً. ولذلك نرى الضعفاء الابدان واصحاب العلل المزمنة يتأثرون من حالة الطقس والارياح فتتغير احوالهم بحسب تغير احوالها خلافاً للاقوياء الذين قلما يبالون بذلك

وقد تقسم الرياح الى اربعة اقسام. اولها الباردة الرطبة وهي الغالبة في الشتاء وعلمها في الجسد انها تعارض الافراز الجلدي والرئوي فتكون سبباً لعلل المفاصل والنوازل الصدرية. واكثر ضررها للأطفال والشيخوخة ويختار منها بواسطة اللباس الموافق للصوفي كالنلانالا وغيرها وعدم التعرض للهواء البارد بعد الرياضة العنيفة ودفاء البيوت. ثانياً الباردة الجافة واكثرها ياتي من الجهة الشمالية وهي فعالة في الجسد فتسبب حاسة البرد الشديد في الخريف والشتاء وتخفف الرطوبات وتحدث قبضاً في النفس وحدة في الاخلاق. ثالثاً الحارة الرطبة وهي التي تاتي من الجهة الجنوبية والغربية فاذا انت مدة الشتاء كانت مفيدة مقبولة خلافاً للصيف. رابعاً الحارة الجافة ويندر حدوثها في الشتاء وهي اصلح الرياح للجسد غير انه يُحذَر من هبوط الحرارة نحو المساء وهبوب النسيم البارد فاذا لم يتوق الانسان من هذا الاختلاف كان عرضة للحُمى والاسهال والسُحج والنوازل. وهذا الاختلاف بين حرّ النهار الجاف وبرد الليل الرطب سبب اكثر علل الصيف والخريف ولا سيما في مدينة دمشق التي كثيراً ما يكون حرّها شديداً في النهار ثم يعقبه البرد والرطوبة في الليل فيتلقاها السكان بالسُرور واذا تعرضوا لهذا الاختلاف بلا زيادة في الكسوة ووقاية اخرى مرضوا

وبناء على ما تقدّم كان من اول القواعد الصحية الوقاية من هواء الليل البارد وكان من اثبت اقوال العامة ان البرد سبب كل علة ولو كان في هذا القول شيء من المبالغة. ونقوم الوقاية المذكورة على الخصوص بلبس ثوب فوق الاثواب

الاعتيادية عند هبوط حرارة النهار وهبوب ريح الليل البارد

كهربائية الهواء الجوي

المعلوم من حالة كهربائية الهواء الجوي وتغيراتها وعلمها في الصحة قليل لا محل له في هذا المختصر. فغاية ما يقال هنا في هذا الشأن انه قد ظهر للتحققين ان الحالة الايجابية اصلح للصحة وان الحالة السلبية موافقة لانتشار الامراض الوافدة الشديدة. ومن المقرر ان احوال الجسد تتقلب بلا سبب ظاهر ولا بد انها ناشئة عن تغير في احوال الهواء الجوي ولو كانت هذه الاحوال خفية غير معلومة الى الآن. وقد اخذ العلماء يبحثون فيها لعلمهم يتوصلون الى معارف مفيدة للجمهور في حفظ الصحة

الفصل الثامن

النور

النور ضروري لنمو النبات والحبوان التام فاذا حُجِرَ عنهما كان الضرر ظاهراً فيها فاننا نرى ان النبات الذي لا يتعرض للنور يكون سقيماً باهت اللون وان النبات القوي الذي يتميز بجمال الزهر وجودة الثمر هو ما ينمو في الاماكن التي نورها ساطع ومدة الفصول التي يكون فيها النور شديداً. ومن المشهور ايضاً ان النبات ياخذ الكربون من الحامض الكربونيك في النهار واما في الليل فانه ياخذ الحامض المذكور من الهواء ويردّه اليه كما هو. ولا بد ان الالوان الزاهية التي تُشاهد في الازهار والطيور والحشرات التي تسكن الاقطار القريبة من خط الاستواء ناتجة من عمل النور الشديد. ومن الأدلة على ذلك ان كثيراً من النبات يحول زهره

ورقة نحو الشمس في سيرها من المشرق الى المغرب طلباً لعل النور فيها
 وليس عمل النور في نمو الحيوان وتقويته اقل من عمله في النبات . لاننا اذا
 قابلنا سكان المدن الذين تعرضهم لنور قليل باهل البر رأينا اخلاقاً ظاهراً بينهم
 في كمال النمو وعموم الصحة . ولا يتوقف هذا الاختلاف على نقاوة الهواء فقط لان
 الذين يسكنون البيوت المظلمة من جيل الى جيل ضعفاء البنية والقوة الحيوية
 واولادهم ضعفاء مثلهم . وقد تحقق ان حجز النور عن الناس يسبب نقصاً في اجزاء
 دهم الضرورية للحياة كالالبوم والفبرين والكريات الحمراء وزيادة في قسمه المائي
 فيبهت لون الوجه ويصير كالشمع وتخفني الاوردة الجلدية ويتواتر النبض بدون
 زيادة في حرارة الجلد ويكثر خفقان القلب وتخطئ التوى ويشد الميل للاستسقاء
 والداء الخنزيري والبثور والنفز . وقد شوهد ذلك في بيوت المستشفيات المظلمة
 فكان شفاء المرضى فيها عسراً او منوعاً . وعلى هذا يحكم بضرورة النور للصحة كضرورة
 الهواء النقي . بل انه من المقرر ان المصابين ببعض الامراض المزمنة ولا سيما الامراض
 الصدرية كالربو والتهاب الشعب الرئوية المزمن يستفيدون فائدة ظاهرة من
 تعرضهم لنور الشمس ولذلك تكون عادة الجمهور في اغلاق الشبايك وحجب النور
 عن مخدع المريض خطأ الا اذا امر الطبيب بذلك لعل خصوصية
 ومما يجب الالتفات اليه على الخصوص من هذا القليل امر الاولاد والنساء .
 فانه لما كان سن الصغار سن النمو والتكوين وجب الاعناء بكل ما يفيدهم لهذه
 الغاية والحذر من كل ما يمانع ذلك فلا يجوز حصرهم في بيوت مظلمة او في مدارس
 غاصة بالتلاميذ نوافذ ما قليلة صغيرة لا يدخل منها كفاية من الهواء النقي ونور
 الشمس . وتُشاهد نتيجة هذه المعاملة المخالفة للطبيعة في صفرة وجوههم ونحافة ابدانهم
 وتسليط العلل عليهم . فابن هم من اولاد الفلاحين المزدرى بهم الذين سمرة لونهم
 وقوة عضلاتهم وشجاعتهم تدل على ما نالوه من التربية في الهواء والنور وخشونة
 المعيشة . واما البنات والنساء فكثيراً ما يحجز عليهن داخل البيوت خوفاً من نور

الشمس وهواء السماء فيخفي لونهن الطبيعي ويقل الدم فيهن ويتعن في علل مختلفة ثم يدعى الطبيب لاصلاح الخلل على ان الدواء العظيم لهن هو الرياضة الكافية اليومية في وسط الهواء والنور

وما عدا ما ذكر من نسبة النور الى الصحة العامة له عمل خاص في العينين والجلد. اما عمله في العين فهو معلوم انه ضروري للبصر فاذا كان ضعيفاً اتسعت الحدقة لنفوذ ما يمكن منه الى باطن العين لكي يتم بصر الاشباح. واذا اجهد الانسان بصره زماناً طويلاً في تحقيق الاشياء ولا سيما اذا كان النور ضعيفاً ادى ذلك الى الضعف المعروف بالميوبيا اي قصر البصر وهو علة منتشرة بين الصباغ والذين يتعاطون صناعة المجوهر والساعات والذين يقرأون ويكتبون الخط الدقيق. واذا كان النور شديداً ساطعاً كلعان البرق او انعكس من الارض البيضاء او الثلج فقد يخطف الابصار ويسبب العمى الزمني او الدائم. ومما ورد من الاخبار الشاهدة لذلك ان فرقة من الجنود الفرنسية خرجت مرة للتعليم العسكري وكان نور ذلك النهار ساطعاً جداً فأصيب عدد عظيم منهم بالعمى الزمني مصحوباً بالصداع والتيء وباعراض اخر عصبية. وعرض مثل ذلك للجنود اليونانية تحت قيادة زنفون الشهير وهم يقطعون اسباً مدة الشتاء بين ثلوج ارمينيا. وكان السبب لذلك انعكاس النور من الثلج الشديد البياض ولهذا يلطف السباح عمل بهاء النور في الاقطار المتوسطة من الكرة وفي ثلوج الجهات الشمالية وهم يحشون من القطب بواسطة النظارات الملوثة المعتمة

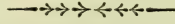
ومن هذا القبيل ما يقال عن تغلب الرمد وامراض العيون في ارض مصر وسورية. فانه ما عدا حر النهار ورطوبة المساء وما عدا الغبار الطائر في الهواء لا بد ان يكون نور الصيف وانعكاسه من التربة البيضاء من الاسباب الفاعلة في احداث هذه العلة التي كثيراً ما تؤدى الى خلل البصر وفقده

واما عمل النور في الجلد فيشهد في اختلاف لونه بين سكان المناطق

المتوسطة من الكرة وسكان الجهات البعيدة عن خط الاستواء بحيث يتميز
 المعرضون للنور الساطع بسمرة لونهم عن الذين نور بلادهم ضعيف فهم يبيض
 اللون شقر الشعور زرق العيون. والسبب في اختلاف اللون المذكور هو ان في بشرة
 الجلد طبقة من حويصلات صغيرة في باطنها مادة ملونة يختلف لونها في البيض
 والسمر والسود من البشر. وهذا اللون يشتد او يضعف بحسب كمية نور الشمس
 كما يظهر من الفرق بين الذين ينكشفون لأشعتها والذين يحتجبون عنها. ولا يختلف
 عمل الشمس في تلوين الجلد عنه في تلوين ورق النبات وزهره. وهو لا يقتصر على
 التلوين فقط ولكنه يصلب الانسجة الواقعة تحت الجلد ويعمل عملاً عاماً في تحسين
 قوة النبات والحيوان. وفي هذا الشأن يقول العلامة لفي ان الذين ينضون جانباً
 عظيماً من حياتهم في الاماكن المظلمة او التي نورها ضعيف يتميزون بضعف اللون
 ويكونون ضعفاء التنفس والغذية عضلاتهم ليّنة ودمهم مائي وقوتهم قليلة وعلاهم
 كثيرة. وقال العلامة همبلت الشهير في كلامه على بعض قبائل البادية ان رجالهم
 ونساءهم اشداه وبعد مشاهدتي اباهم خمس سنوات لم ار بينهم واحداً مشوهاً او
 معتلاً البنية

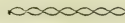
فيتضح مما سبق ما لنور الشمس من الفوائد الكلية للصحة. غير انه اذا كان شديداً
 مفرطاً فقد يكون مضرّاً بالبصر كما تقدم. هذا فضلاً عن ان نور الشمس شديد الحر
 فاذا اصاب الراس ولم يكن عليه غطاء كافٍ احدث امراضاً دماغية كالصداع
 الشديد والسكته والتهاب الدماغ والجنون والداء المعروف بضربة الشمس
 (الرعن). فيكون الضابط الصحي لمقابلة ذلك واضحاً وهو وقاية الراس من نور
 الشمس الشديد مدة الصيف. وقد اصطلح اهل الحضرة من هذه البلاد على العائم
 واهل البادية على الكفّية والعقال والاوروبيون في بلاد الهند وغيرها على برانيط
 من نوع خاص. واما الطربوش الذي يلبسه اهل المدن فليس فيه كفاية لوقاية
 الراس من النور والحر ولذلك يجب ابداله بشيء انسب منه او باستعمال الشمسية.

ومن العوائد القبيحة في هذه البلاد خروج الاولاد والاطفال في الشمس وروؤسهم مكشوفة او لباسهم غير كاف وقد شاهدت فيهم حميات كثيرة لم اعلم لها سبباً الا التعرض للشمس



الفصل التاسع

الحرارة



الحرارة من العوامل الجوهرية للحياة ومصدرها العظيم هو الشمس. ولما كانت الارض كروية الشكل ووضعها نحو الشمس منحرفاً لم يكن عمل اشعة الشمس في جميع جهاتها واحداً بل يختلف اختلافاً شديداً من لظى خط الاستواء الى زمهرير القطب فيحدث من هذا الاختلاف في درجة الحرارة عمل ظاهر في نوع النبات والحيوان حتى اذا وصلنا الى جهات القطب الشمالي لم نر اثرًا من الحياة نباتية كانت او حيوانية. ومن الادلة على ضرورة الحرارة للحياة انه اذا تعرض قسم من الجسد للبرد الشديد صقع ومات وقد يعم الموت على جميع الجسد كما يحدث للمسافرين في الجبال العالية مدة الشتاء وهبوط الثلج. وكذلك كثيراً ما يموت النبات في الشتاء او يضعف خلافاً لما يكون عليه من النمو والإثمار في الربيع والصيف

درجة الحرارة الطبيعية في الانسان نحو 37°C = 98.6°F وهي دون ما يشاهد في الطيور التي تبلغ في بعضها 111°F واعلى مما يكون في الاسماك والزحافات التي لا تزيد حرارتها عن الوسط التي تعيش فيه اكثر من درجات قليلة. ولا تختلف الحرارة في البشر باعتبار الجنس والسن والصقع والفصل الا شيئاً

قليلاً فهي ابدأ على درجة متساوية تقريباً إلا في بعض الامراض فانها قد ترتفع في الحميات الى ٤١ س = ١٠٦ ف ويندرانها تتجاوز هذا القدر وقد تنخفض في غيرها كالهواء الاصفر الى ٨٠ ف. ولهذا الاختلاف اعتبار عظيم عند الاطباء في تشخيص بعض الامراض والانداز بعاقبتها فاصطلحو على استعمال ثرمومتر خاص يسمونه الثرمومتر الكلينيكي ويستعملون به عن درجة الحرارة الحاصلة وتغيراتها بين الصباح والمساء ومن يوم الى اخر في سير المرض

الحس بالبرد والحرارة امر نسبي موقوف على اختلاف البنية والسن والجنس والعادة ولا سيما على اختلاف الصقع فايكون بارداً لواحد او لاهل بلاد واحدة لا يكون كذلك لغيرهم. غير انه يقال في الجملة ان اهل البلاد المتوسطة يعدون بين درجة ١ س و ٢٠ س حرارة معتدلة فاذا زادت عن ذلك كثيراً كانت حراً وان نقصت كثيراً كانت برداً خلافاً لاهل المناطق الحارة والباردة الذين للحر والبرد قياس آخر عندهم. وربما كان اخص الاسباب لهذا الحس سرعة صعود الحرارة او هبوطها لانها اذا ارتفعت بعض درجات عن البرد الشديد شعر الناس بالدفء وإذا انخفضت بمثل ذلك شعروا بالبرد فيشكون الحر والبرد غالباً لا باعتبار مطلق درجتها ولكن باعتبار الاختلاف السريع الذي يحدث احياناً

ومن الامور العجيبة في اعمال الطبيعة طاقة الانسان في مقابلة البرد والحر الشديدتين ومحافظته على درجة واحدة من الحرارة في الاقطار الشمالية والاستوائية فانه يعيش في البرد الذي تحت الصفر وفي الحرارة التي تعلو درجة الغليان اذا كان الهواء جافاً. كما شوهد في الذين سافروا نحو القطب الشمالي وبلغوا الدرجة الثانية والثمانين من الطول وقاسوا هناك من البرد ما يصعب تصديقه والذين يقطنون اواسط الهند وافريقيا فكانت درجة حرارة اجسادهم متساوية في كلا الحالين. واما السبب في ذلك فهو ان من الاعمال الحيوية توليد حرارة دائمة في الجسد مساوية لما ينفق منها في التعرض لاسباب التبريد وفي طاقة الانسان ان يزيدها

او ينقصها كما يشاء تبعاً للحرارة الخارجة. والتفصيل في ذلك على ما يأتي:
السبب العظيم الفاعل في توليد الحرارة الحيوانية هو تاكسد بعض اصول
الطعام وما يتحلل من الانسجة. اما الطعام فجانب عظيم منه الكربون والهيدروجين
فاذا تلاقيا بالاكسجين الآتي من الهواء بواسطة التنفس اتحدا به وصار المركب منهما
حامضاً كربونيكاً وماءً ويقال لهذا الاتحاد عند الكيماويين التاكسد وكذلك الاتحاد
الأكسجين بالمواد المتحللة من الانسجة. ومن المعلوم ان هذه التغيرات الكيماوية وامثالها
يصحبها حرارة كما يُرى في اتحاد كربون الخشب او الفحم باكسجين الهواء وجميع انواع
الاشتعال وفي اختار العنب والزبل. ثم ان حواصل الاتحادات المذكورة تبرز من
الجسد على طرق مختلفة اخصها بواسطة الزفير في التنفس حيث يخرج مع الهواء
مقدار معلوم من الحامض الكربونيك والبخار المائي ولذلك كانت العلاقة بين
التنفس والحرارة الحيوانية لا تنفك بحيث ان الحيوانات الشديدة التنفس كالطيور
شديدة الحرارة ايضاً

ولما كان توليد الحرارة دائماً في الجسد كدوام الغذاء وجب ان يكون ايضاً
اسباب لتلطيفها وتهدئتها وهي أولاً التشعع اي خروج الحرارة من جسم الى
آخر ابرد منه على هيئة اشعة يشعر بها ولو لم تُنظر كخروج الحرارة من النار الى
الاجسام المجاورة لها. ثانياً المسّ اي انه اذا مسّ جسم حار جسماً بارداً خسر بعض
حرارته واكسبه اياها والجسد ملامس على الدوام للهواء وغيره من الاجسام الباردة.
ثالثاً العرق الذي اذا خرج من الجسد على هيئة ماء او بخار غير محسوس حمل معه
بعض الحرارة

وبناءً على ما تقدم يقابل الانسان برد الشتاء وحر الصيف بالوسائط التي
تزيد او تنجز حرارته الطبيعية وهي وسائط التدفئة والتي تنقصها او تسلبها وهي
وسائط التبريد. فيستعين على دفع البرد بلبس الكساء الصوفي لانه موصل ردي
للحرارة فيعجزها في الجسد ويكون شأن الانسان حينئذ انه يستند في بواسطة الحرارة

المتولدة فيه ويضيف الى ذلك سخونة الماوس والنار ولا سيما اخنيار انواع الطعام الكثير الكربون والهيدروجين كاللحوم المدهنة والحلويات. ولهذا السبب يسمن الحيوان عموماً في الفصل البارد لكثرة اكله وخزنه مادة دهنية اكثرها على شكل طبقة تحت الجلد هي ماؤنة له تنفق في زمن الحاجة. ويقابل الحر بلبس اثواب الفطن والكتان لانها موصلة جيدة للحرارة فتذهب ببعض حرارة الجسد وتقلل اكل اللحوم والدهون والتعرض للهواء والالتجاء الى الجبال العالية والاكثر من شرب الماء للتبريد أولاً ثم للتبخير في العرق الجلدي

عند التعرض للبرد الشديد يحدث خبل في القوى العقلية والجسدية ونعاس غالب ينتهي الى النوم والموت. وهذا الامر معروف عند اهل الجبال فاذا سافروا في الثلوج والبرد العظيم ورأوا احداً منهم متردداً في المسير مائلاً للنوم دفعوه ماشياً امامهم او ضربوه تخليصاً له من الموت. ومن الحوادث التاريخية المشهورة ان نابوليون دخل روسيا بخمس مئة الف جندي ولم يخرج منها باكثر من ثلاثين الفا وقد هلك اكثر ذلك الجيش العظيم من البرد

ثم ان البرد فاعل عظيم في تسبیب امراض كثيرة. فهو اخص الاسباب الموجبة للتننوس اي التشنج الدائم ولا سيما اذا كان مصحوباً بالرطوبة. وهو مرض قاتل يحدث للجرحى بعد العمليات الجراحية او بعد الحروب وقد يحدث من النوم على الارض والتعرض لرطوبة الليل. ومن الادلة على ذلك ما عدا الحوادث الكثيرة التي وقعت تحت المشاهدة انه اذا وضعت ضفدعة في ماء ابرد من الماء الذي كانت فيه قبلاً بنحو عشر درجات تشنجت في الحال. ولما كان البرد عاملاً في خفض القوة الحيوية وتضييق الاوعية الدموية السطحية كان سبباً للاحتقانات والالتهابات الباطنة. واذلك يكثر في الشتاء السكتة المخية والتهاب الشعب الرئوية وذات الرئة والاسهال والروماتزم اي التهاب المفاصل. واذ ابردت الاطراف كاليدن والرجلين او اصاب مجرى هواء بارد قسماً مكشوقاً من الجسد

ربما احدث ذلك التهاباً في بعض الاحشاء الباطنة. وقد سبق الكلام في ان اكثر موت الاطفال والشيخوخ العاجزين يكون في الفصل البارد
واما ما يحدث عن الحر الشديد اذا دام زمناً طويلاً فامراض الكبد
والاسهال والدوسنطاريا والحُميات وامراض العينين. وقد تقدم في فصل النورما
لعمل اشعة الشمس في امراض الراس وما يجب على الانسان من الوقاية من هذا
القبيل. ويضاف الى ما ذكر هناك من جهة فضل العمامة الشرقية على ما سواها
من كساء الراس والفائدة العظيمة الناشئة من وضع منديل مبلول بالماء مطوي
موضوع تحت قرص البرنيطة او الطربوش عند التعرض لحرارة الشمس الشديدة
في السفر. غير ان الحرارة العظيمة اذا كان الهواء جافاً منفعَةً ظاهرة في اهلاك المواد
الخيرية المسببة للحُميات الخبيثة وقطع الامراض الوافدة. ومن المشهور في ذلك
انقطاع الطاعون عند دخول حر الصيف كما شوهد من ظهوره وانقطاعه في ولاية
بغداد ثلاث مرات من سنة ١٨٦٧ الى سنة ١٨٧٧

وبناءً على ما تقدم يكون من واجبات اطباء ولاسيما اطباء المستشفيات
النظر الى درجة الحرارة في بيوت المرضى بحيث انها تكون بين ٦٢° ف و ٦٦°
وذلك يساوي ١٧° س و ١٩° وندفنتهم بالاعطية المناسبة. واما في حر الصيف
حيث تعجز الوسائط الاصطناعية في تبريد الهواء فتستعمل الوسائل الممكنة في تبديله
وتلطيف حره مع خفة الغطاء للمريض واختيار المكان الانسب له في المنزل

الفصل العاشر

اللباس

لللباس فائدتان الاولى المحافظة على حرارة الجسد بحيث ان خروجها من السطح لا يكون اسرع من توليدها في الباطن. فانه لما كانت حرارة الهواء انقص من حرارة الجسد وجب تخفيف الخسارة الناشئة من ذلك وتوفير القوة الحيوية العاملة للحرارة. والثانية وقاية الجلد من اشعة الشمس والوسخ وغير ذلك مما يضره. ولا يخفى ما في ذلك من اختلاف العادات والذوق ومقتضى الفصول والبلاد فلا يكون كلامنا في هذا الشأن الا بالنظر الى المبادئ العامة التي نعرفها من الخبرة وقد تقرر عند الاقوام المتقدمة. واما ما يقصد من الجمال والزينة واللباقة في اللباس فهو من الامور الثانوية التي لا تدخل في موضوع هذا الكتاب

اكثر المواد المستعملة في اللباس ماخوذ من عالمي النبات والحيوان فينسج من الياق القطن والكتان والصوف وشرانق دود الحرير المنسوجات المعروفة ويضاف الى ذلك الجلود المدبوغة والفراء. وهي تلبس على شكل اثواب داخلية واثواب خارجة

اما الاثواب الداخلية فخاصة باهل التمدن والذين يشبهونهم. ولم تكن هذه العادة عند القدماء كال يونان والرومان بل كانوا يلبسون ثوبين احدهما فوق الآخر على زي هو غير المألوف في هذه الايام. وانما كانوا يكتثرون من الاستحمام ودهن الجسد وغسل الاثواب وذلك بمقام تبديل الالبسة عند اهل هذا الزمان. وكان العرب القوم الاول الذين اخترعوا لبس القميص فاخذها عنهم الافرنج في

الاجيال المتوسطة اثناء الحروب التي قامت بينهم ولا يزال الاسم العربي لهذا الثوب في بعض لغاتهم كما ان العرب ياخذون الآن عن الافرنج بعض الملابس مع اسمائها الاجنبية

غاية الاثواب الداخلة أولاً معارضة سرعة خروج الحرارة الحيوانية . ثانياً حمل رطوبة العرق الى الهواء الخارج . ثالثاً امتصاص المواد الحيوانية التي تخرج من الجسد مع العرق . فانه لما كان الجلد عضواً مفرزاً تختص الطبيعة بواسطته من مواد مضرّة اشبه بالتنفس الرئوي في الوظيفة وصار له اعتبار عظيم في حفظ الصحة والحياة . وافضل المنسوجات لذلك الفلانلا في الفصول الباردة والسريعة التغير وللذين توليدهم للحرارة ضعيف ثم القطن او الكتان في البلاد والفصول الحارة فيحافظ على الحرارة الطبيعية بالفلانلا وتلطّف بواسطة الكتان والقطن وهي جميعها موافقة للاغراض التي سبق ذكرها آنفاً

واما فائدة الاثواب الخارجة فما عدا كونها معينة للداخلة في حفظ الحرارة يستعان بلونها ونسوجها على امتصاص اشعة الشمس وحرارتها او على دفعها عنها . فانه اذا وضعت قطعة قماش اسود وقطعة قماش ابيض على الثلج في الشمس رأينا ان يذوب بسرعة تحت القطعة السوداء ولا يتاثر ما يكون منه تحت القطعة البيضاء الا قليلاً . وكذلك اذا لبس الانسان ثوباً اسود ووقف في الشمس شعر بحرارة عظيمة خلافاً لما اذا كان الثوب ابيض . فنستدل من ذلك على الوان النسيج التي يجب تفضيلها في الشتاء والصيف ولا سيما للشيوخ والضعفاء والاطفال

من اغراض اللباس حجز طبقة من الهواء الحار قرب الجلد بحيث يمنع تبريد الجسد بواسطة الهواء الخارج . فاذا كان الثوب سميكاً ذا رغبٍ حمل كثيراً من الهواء بين خلاياه خلافاً لما اذا كان ناعماً امس . ولهذا تزداد كمية الهواء حسب طبقات الكساء المولدة عادة في الشتاء من قميص فلانلا وقميص ابيض وصدريّة وسترة تتضمن اربع طبقات من الهواء بينها . وقال البعض ان لبس اثواب رفيعة

كثيرة ادفأ من لبس اثواب قليلة سميقة لكثرة طبقات الهواء الذي يستن من حرارة الجسد وهو محصور بينها. ثم ما عدا الالبسة الاعيادية يجب ان يضاف اليها متى وصل البرد الى درجة ٥٠ ف ثوب سميك من الظاهر فاذا كان ثقيلاً يعارض المشي النشط فيلبس عند نهاية ذلك لانه لا شيء اضر للصحة من الشعور بالبرد اذا طالمت مدته. ولذلك يجب الحذر من حاسة البرد اذا امتدت الى زمن طويل لانه يحدث علة من العلل الجسدية ويسند قول العامة ان البرد سبب كل علة

واما لبس الاطفال فقد سبق الكلام على ان مقاومتهم للبرد ضعيفة وضررهم منه شديد فيجب ان يكون لباسهم كافياً والحفاظة عليهم من البرد غير منقطعة. ولهذا في بداءة الطفولية يجب ان يكون الثوب الملاصق للجسد قطعاً وفوقه آخر من الفلانلا فاذا تقدم في السن واخذ في الرياضة النشيطة وضعت الفلانلا من الباطن وقبض القطن من الظاهر. ويجب ان تكون اثوابهم واسعة ولا يربطون بمرباط ضيقة حول العنق والصدر والبطن والركبتين بحيث تكون جميع المفاصل حرة ليتمكن الطفل والولد من الحركة والرياضة اللتين بدونهما لا تقوى الاعضاء ولا تشند بنية الجسد خلافاً لعوائد اهل الشرق الذين يقطون الطفل المولود حديثاً ويحصرون اعضائه كانه شيء من محنطات المصريين القدماء

لما كان اللباس من الامور المهمة في حفظ الصحة وجب ان نذكر الآن ما يتعلق بالالبسة الخاصة باقسام الجسد المختلفة. اما غطاء الراس فيجب ان يكون خفيفاً واقياً من تغيرات الطقس وعمل اشعة الشمس. وقد اتفق عامة العلماء انه لم يصطح الى الآن على لباس له خالٍ من العيوب لان العائم على انواعها ثقيلة حارة لا تقي العينين ولو كانت فعالة في حفظ الراس من الشمس والهواء والمطر. والطربوش قليل الوقاية من كل الوجوه والبرانيط المختلفة الاشكال اكثرها ردي ضار وربما كان افضلها البرنيطة التي قرصها واطر ودائرها واسع ومادتها اللباد. وقد جدّ روساء العساكر غاية ما يكون في تجهيز شيء موافق للجندي الكثير التعرض لاضرار

الطنس ومنه البرنيطة العسكرية الانكليزية المصنوعة من اللباد او قشر الشجر فانها حافظة للرأس من الشمس والمطر مثقوبة في جوانبها او اعلاها لاجل تبدل الهواء وتخفيف حرارته تمتد منها زائدتان من الامام والخلف لوقاية العينين ومؤخر العنق وهي مع ذلك خفيفة لاتزعج الرأس بثقلها. ومن اردأ ما عندهم من ذلك الخوذة النحاسية التي لا يزال يلبسها بعض العساكر الى الآن. والعنق يترك مكشوفاً ولا يجوز ان تكون قبة القميص واربطنها ضيقة لانها تتعرض لدورة الدم الصاعد الى الرأس والنازل منه فيحدث من ذلك علة ككية. ويجب مراعاة هذا الامر على الخصوص في الاولاد الذين تعريض اعناقهم للهواء مفيد لهم الا اذا كانت الطنس بارداً فيوضع لهم حينئذ غطاء وقتي. وقد سبق الكلام في تغطية الجذع والاطراف فغاية ما يقال هنا ان الالبسة الضيقة ولا سيما ما يستعمله النساء من الوسائط الاصطناعية لاجل دقة الخصر من الامور المضرة بلاريب وربما كان من نتائجها السل الرئوي. ومن الواجب الضروري تبديل الفلانلا وغيرها من الالبسة الداخلة وغسلها ما عدا غسل الجسد لانها تحمل مواد مبرزة من الجلد فلا يجوز ابقاؤها بالقرب منه. ومن الواجب ايضاً لبس الساكو عند الاقتضاء واما لبس اتمشة الكاوشوك فليس بممدوح الا عند الاضرار العظيم لسبب عدم نفوذ الهواء منه على الاطلاق. واما ما يلبس على اليدين والرجلين فكثير النائدة لانها اذا بردت برداً فجائياً او شديداً اوجب ذلك علة في بعض الاعضاء البعيدة. مادة الكفوف من الكتان والقطن والجلد الرقيق من الجدى والحبر والصوف وفائدتها وقاية اليدين من الشمس والغبار والوسخ والبرد. والاحذية من اهم ملابس الجسد فيجب الالتفات الخصوصي اليها. اذا كان الحذاء ضيقاً صار المشي مؤلماً وحدث تشويه في شكل القدم وامراض مختلفة اشهرها ما يعرف عند العامة بالمسامير وهي ادمال صلبة مرتفعة اذا ضغطها الحذاء سبب المآ شديداً. والامور التي يجب النظر اليها في عمل الحذاء ان يكون نعلها عريضاً كعرض القدم متى كان ثقل الجسد مستقراً عليها وان يكون

طويلاً يمكن القدم من الحركة التامة في المشي وان يكون قسمه العلوي ليناً لا يتعرض
لعمل المفصل الرسغي . ولا يجوز ان يكون العقب عالياً كما اصطلى عليه اهل هذا
الزمان ولا سيما النساء لان ذلك يوجب دفع ثقل الجسد على الاصابع فيضر بها
ويتغيرزي المشي الطبيعي فتتخني المرأة الى المندم وتمايل الى الجانبين وكل ذلك
مخالف للطبيعة وللدوق السليم . فيجب عليهن ولو تلطيف هذه العادة السيئة التي
صارت الآن زياً مألوفاً

الفصل الحادي عشر

التربة والمواقع

قشرة الارض مؤلفة من مواد مختلفة بحسب الاسباب التي عملت فيها وهي
النار والماء والتحليل الآلي . فنشأ من عمل النار الصخور الصلبة والبركانية والرمل
ومن عمل الماء الصخور الكسية والرمالية والتراسيب المتجمعة عند مصب المياه . ومن
عمل التحليل الآلي الفحم الحجري الحاصل من عمل النار في مادة نباتية والزبل واختار
المواد النباتية بواسطة فعل الهواء والرطوبة والحرارة فيها . وكل ذلك من متعلقات
علم الجيولوجيا فليس هنا للبحث فيها محل غير اننا نذكر منها ما يختص بشان الصحة
وما تكون معرفته مفيدة للعامة

لانواع التراب عمل في الصحة من جملة وجوهه وهي اولاً ما يتعلق بالحرارة . وذلك
ان كمية الحرارة التي تمتصها التربة تختلف بحسب نوعها سواء كانت مغطاة
بالنبات او عارية منه . واكثر هذا الاختلاف عائد الى لون التربة وكثافتها فان

الرمل القائم الذي جنوبه متفرقة اشدها حرارة خلافاً للتراب الطيني او المزوج ببقايا نباتية . والارض المغطاة بالعشب ضعيفة الامتصاص للحرارة وسريعة المفارقة لها . وعلى ذلك تكون التربة الطينية باردة رطبة مسببة في البلاد الباردة لاجاع المفاصل والنوازل واما الارمال في البلاد الحارة فمضرة لسبب ما تتضمنه من الحرارة الا اذا كان غطاها الحشيش الاخضر . ومن الحق ان لحرارة الارض دخلاً عظيماً في تسبب الملاريا وانتشار الهواء الاصفر . ثانياً اذا كان لون التربة ابيض وكانت عارية من العشب الاخضر عكست اشعة النور وحرارة الشمس وربما اضرّت بالعينين وزادت حرارة الاجسام كما يشاهد في بعض البلاد الحارة التي ارضها يضاء . ثالثاً بعض التربة تمتص الماء وتضبطه اكثر من غيرها . وقد ظهر من التجارب ان الرمل لا يتشرب الماء الا قليلاً واما الطين فيشرب عشرة اضعاف ذلك او عشرين ضعفاً والتراب الاعيادي اربعين او خمسين ضعفاً . وبعض التربة كالطين الكلسي يضبط الرطوبة زماناً طويلاً وهذا النوع مضر من وجهين اولهما انه رطب والثاني انه اذا كان فيه مواد نباتية اعانت الرطوبة في تحليلها واحداث الملاريا . وقال بعض المحققين ان رطوبة الارض سبب للسبب الرئوي والنوازل واوجاع المفاصل وانتشار الهواء الاصفر والحى التيفوئيدية . والقاعدة الاغلبية في التربة انه اذا كانت جافة سوائاً كانت تمتص الماء بالسهولة ولا فهي مفيدة للصحة في منع بعض الامراض وتحسين التغذية وعموم القوة . رابعاً يتساعد من بعض التربة غبار مضر للعينين وربما اضرّ ايضاً بالرئتين والمعدة

ولتركيب التربة الكيماوي عمل في المياه المشروبة سياتي الكلام عليه في فصل خاص . واما عملة في الهواء فقد سبق شيء من القول فيه في ما تقدم وسنذكر الآن على الجملة انه يتساعد من بعض التربة غازات مضرة الا ان ضررها قليل لسبب تبددها بواسطة الريح . ويصعد من المستنقعات والاراضي السبخة عامل تحدث منه الامراض الدورية لا تعلم ماهيته على انهم قدر تحجوا من البحث الحديث انه نوع

من النظر المكرس كوني بمجمل الهواء فيدخل الدم بواسطة التنفس ويسبب الاعراض المرضية وقد تقدم الكلام على المalarيا في فصل الهواء

ولشكل التربة من المواضع ارتفاع وانخفاض وجبال واودية وسهول ونسبتها الى الانهر والبحور محل عظيم في هذا البحث لا يسع المقام الا ذكر خلاصة الامر منه. ومن المشهور ان بعض المواضع اوفق للصحة من غيرها وان اخص الاسباب في ذلك هي الهواء والماء والتربة. ومن اردا المواضع بين الجبال والتلال والاكمة الاودية ولا سيما في البلاد الحارة لانه يكثر فيها استنقااع المياه والتعفن النباتي. ولما كانت التلال تبرد قبل السهول المجاورة لها اوجب ذلك مجريهن من الهواء احدهما في النهار يسير في الوادي نحو الاعلى والاخر في الليل نحو السهول فيكون بارداً حاملاً للمادة المalarية مضرًا لسكان المواضع التي بقرب مصب الوادي. ولذلك كان اضر اقسام السهول ما كان منها واقعا عند مصب الاودية للسبب المذكور ولان المياه النازلة تريد النمو النباتي وتعفن في الارض المجاورة. ولكن اذا كان السهل منفصلاً عن التلال بواسطة واد عميق مستعرض يقطع وصول المياه اليه فلا يخشى منه ضرر. واما الاكمة والظهور المرتفعة والسفوح فسلمة الا اذا كانت معرضة للاهوية الشديدة. ومن المواضع الردية ما كان منخفضاً عن مساحة السهل لان المياه تصب فيه وتسبب الرطوبة والاستنقااع والتعفن النباتي

اما الجبال والمرتفعات فضغط الهواء فيها اقل مما في سواها والتبرج اسرع والمalarيا نادرة على انها توجد على علو ٦٠٠٠ قدم كما يشاهد في ارض روم والمكسيك وبعض محال في جبل لبنان. وهواء الجبال صاف بارد وغالبًا جاف خال من اكدار المواضع المنخفضة. ومياهها عادة نقية لا تخالطها مواد آية ولكنها قد تكون مشحونة بالكلس وغيره مما يكتسب من الطبقات الصخرية التي تمر منها الى سطح الارض. وترتبطها غالباً بقيمة لقله المواد الآية فيها. ولذلك تكون الجبال مفيدة للصحة من حيث الهواء والماء والتربة غير ان بردها قد يكون شديداً مفرطاً. وهواء الجبال

ونقاوة مائه وتغيير المنازل والاعتزال عن انعاب اهل المدن من الامور الجزيلة
الفائدة للذين يصعدون اليها مدة الصيف وعلى الخصوص للذين انحطت قواهم من
بعض الامراض كالاسهال والدوسنطاريا والحجبات او من الاعمال العقلية الشاقة
او الكدر والهم من مصاعب الحياة. وهو مفيد ايضاً للذين فيهم ميل للسسل الرئوي
لسبب خفة الهواء ونشاط التنفس لاجل نوال الكمية الكافية من الاكسجين فينتعش
الصدر وتشتد الرئتان ويضعف الميل المرضي

والسهول نتوقف حالئها الصحية على ارتفاعها ومجاورتها للجبال واللال.
فاذا كانت مرتفعة مستقرة على جبال كسهول الجولان كانت مفيدة للصحة خلافاً
لما اذا كانت واطئة محاطة باراضٍ عالية فانها تكون عند ذلك شديدة الضرر
لانه تسقط اليها مياه كثيرة فتجعل المكان رطباً تكثرفيه المستنقعات والملاiria
والامراض كسهول البقاع الواقعة بين جبل لبنان والجبل الشرقي وكاراضي الحولة
الواقعة بين بلاد بشاره والجولان. وقد سبق الكلام على الملاiria بالتفصيل في
فصل الهواء

وعمل النبات في الارض عظيم لانه يحجز عنها نور الشمس ويعيق التبخر منها
فتصير باردة رطبة وهو مضر في البلاد الباردة ومفيد في الحارة بحيث انها اذا
نعت من الاشجار كانت شديدة الحرارة والجفاف. وله عمل عظيم في الهواء لانه
يخفف سرعة سيره وقد يتوقف بالكلية في الغابات الخشكة فاذا استنقعت المياه
فيها صارت سبباً لاجتماع الملاiria. ولكنها قد تكون مفيدة في الوقاية من شدة الارياج
وفي توقيف الملاiria عن الوصول الى مساكن البشر. وقسم العلماء النبات الى
حشيش وهو دائماً مفيد في البلاد الحارة في تبريد الارض وانجم وهو دائماً مضر
اذا كان مستمراً بعيداً واشجار لا يجوز قطعها الا لداعٍ كافٍ لانها وقاية من الاهوية في
البلاد الباردة ومن الحر في غيرها. ومن فوائد الاشجار انها تزيد كمية ما يستقط من
المطر ولنا مثال على ذلك في جزيرة قبرص فانها كانت كثيرة الامطار والخصب

في الزمن القديم ثم لما قُطعت اشجارها في الزمن الحديث قُحلت ارضها وامحلت الى ان دخلها الانكليز فنعوا قطع الاشجار وغرسوا شيئاً كثيراً منها لاسترجاع المطر والخصب

المواضع الواقعة بقرب مصب الانهر غالباً مضرة للصحة خلافاً لمصادرها وسبب ذلك ما يجمله الماء من المواد الآلية وبلتيه في الارض لانه اذا فسد تركيبة انتشر في الهواء وصار مؤذياً . وهذا يحدث على الخصوص اذا مرّ النهر في اراض كثيرة النبات او تحولت اليه البلايع والاسربة فيشند الضرر في المدن التي يسير بها . والشطوط البحرية اذا لم تكن حارة فهي مفيدة للناقمين من الامراض المضعفة ولكنها لا تنافق غالباً اذفاً من المواضع التي تقابلها في القارة على مساواة الخط العرضي . ولذلك لندن اذفاً من المدن التي على موازاتها في قارة اوربا ومن باريز مع ان باريز الى الجنوب منها بمجمله درجات

واما المدن فهو اذفاً من القارة لسبب كثرة النيران التي تُشعل فيها وكثرة حيطان بيوتها التي تمتص الحرارة ولكنها غير نقي لسبب ما يعرض له من الفساد من ازدحام البشر ومن البلايع والاسراب ومن الكربون الذي يصعد من النيران . ولما كان الهواء لا يتبدل فيها كما ينبغي استمر ما يحدث فيه من الفساد ولذلك كان الموت فيها اكثر من قرى البر . ومن امراضها الخاصة هيضة الاطفال التي افضل علاجها يقوم بارسال المريض الى مكان نقي الهواء

الفصل الثاني عشر

الاقليم وهو المناخ

الاقليم عند العلماء هو المناخ عند العامة ويراد به في الاصل منطقة من المناطق الممتدة من خط الاستواء الى القطب على ما اصطلح عليه الجغرافيون القدماء. ويراد به الآن صفة في المكان ناشئة من ارتفاعه وتربه ومائه ووضعه وحالة هوائه ودرجة حرارته مما يؤثر في الصحة بحيث يتميز المناخ الى حار وبارد ومعتدل وجيد وردي. فيحدث من ذلك ان بعض النبات يعيش في اقليم وقد لا يعيش في غيره وانه اذا نُقل حيوان من اقليم الى آخر فقد يمرض ويموت وان صحة الانسان تتوقف على صفة الاقليم الذي يسكنه على جانب عظيم ما لم يكن قد اعتاده من زمن طويل. ومن اخص العوامل في اختلاف الاقاليم درجة العرض اي البعد عن خط الاستواء ولذلك قسموا الاقاليم الى حارة وباردة ومعتدلة. على ان هذا التقسيم اغلي غير صحيح صحة مطلقة لان الجبال العالية في الاقليم الحار باردة او معتدلة وفي بعض البلاد الباردة اسباب لتلطيف درجة البرد وجعله معتدلاً اما الاقاليم الحارة فهي الواقعة تحت خط الاستواء والى درجة الثلاثين من العرض شمالاً وجنوباً. والصفة الخاصة بها هي الحرارة التي قد ترتفع في الصيف الى ١٢٠ ف اذا كان الثرمومتر محجوباً عن الشمس. ولا تتميز فصولها كما تتميز في المناطق البعيدة عن خط الاستواء فكان نصف سنتها صيف محرق والنصف الآخر شتاء مشبع بالرطوبة لا تنخفض حرارته عن بقية السنة اكثر من عشر درجات. غير انه

يُستثنى من ذلك المواضع العالية فيها كالجبال ولذلك كانت اسيا التي اراضيها مرتفعة عن مساحة البحر وجبالها كثيرة عالية اقل حرارة من افريقيا ولو كان بعض مواضعها على خط واحد من العرض

عمل الاقليم الحار في الجسد اولاً انه يزيد حرارته وذلك لانها منتظمة من عمالين متضادين احدها تولدها من تغيرات الطعام الكيماوية وتحويل العمل الميكانيكي الى حرارة وامتصاصها من الخارج والثاني تعدلها بواسطة التجو من سطح الجلد فاذا عورض التجو المذكور لم يكن التشعع والتبريد بحركة الهواء كافيين لمنع ارتفاع حرارة الجسد ولا سيما عند الرياضة. ثانياً يضعف التنفس ويقل ابراز الحامض الكربونيك. ثالثاً تضعف القوى الهاضمة ونقل الشهية للطعام وعلى الخصوص للطعام الحيواني فيطلب الانسان الفواكه الرطبة. رابعاً يشتد عمل الجلد ويكثر العرق وربما احدث النفاط الجلدي المعروف بحمارة الصيف. خامساً يقل البول. سادساً تحبط قوى المجموع العصبي فيضعف نشاط العقل والجسد وعلى الخصوص اذا كان الهواء رطباً لان ذلك يقلل العرق او كان الحرط طويلاً شاغلاً للنهار والليل. ومن اضرّ عمل الحرارة في الجسد اذا عتبها برد او رطوبة وكانت هذه التغيرات الجوية سريعة

امراض الاقاليم الحارة اكثرها ملارية. غير انه ما عدا الحميات المنتظمة والمتفترية يشاهد في بعضها الحمى الصفراء والهواء الاصفر والطاعون والاسهال والدوسنتاريا وامراض الكبد. ويضاف الى هذا ما سبق ذكره من ضربة الشمس والاقاليم الباردة واقعة بين درجة ٥٥ من العرض حتى القطب شمالاً او جنوباً. ويختلف بردها ما يطاق الى الزمهرير الذي وصل اليه السياج في ٨٢ درجة من الشمال بحيث انه لم يبق بينهم وبين القطب الا ٤٠٠ ميل ففاسوا هناك برداً لا يوصف. وبعضها معتدل البرد لسبب احاطتها بالبحر كسكوتسيا وشمال ارلاندا. ثم كلما تقدمنا من الدرجة المذكورة نحو القطب ضعف النبات وقل عدد البشر والحيوان الى انه لا يزرع شيء في درجة ٧٠ الا في وادي التن من بلاد نروج وهو

استثناء. وقد شوهد من الناس افراد من قبائل الاسكيو حتى درجة ٢٨ غير ان شدة البرد توجب في الذين يجاورونه قصر القامة وقبح الصورة ولا يظهر انها تسبب امراضاً كثيرة بينهم خلافاً للذين يسكنون المناطق القريبة من خط الاستواء

والاقاليم المعتدلة واقعة من الدرجة الثلاثين الى الخامسة والخمسين ومشاركة الصفات بين الاقاليم الحارة والباردة. فتصعد الحرارة فيها الى ١٠٥ ف وتخفض الى ٤٠. وتداخل الفصول بعضها في بعض تدريجاً وهي كثيرة العشب لفائدة الحيوان. وتكثر فيها الامراض الملارية مدة الربيع والصيف والخريف وتنتطح متى اشتد برد الشتاء. ومن امراضها الخاصة السل الرئوي الذي اكثرا سبابه الجوية رطوبة الهواء وسرعة تغير درجة حرارته. فاذا كان الهواء جافاً وحرارته معتدلة واختلافه قليلاً كارض الصعيد من بلاد مصر كان موافقاً للمصابين بهذه العلة ولذلك كثير منهم ياتونه مدة الشتاء ليجلسوا من الاحوال المضادة لها في اوروبا. ولا خلاف بين البرد والحَرِّ في ذلك اذا كانت بقية الشروط موجودة بل يُفَضِّل البرد على الحَرِّ لما فيه من تنشيط القوى. ومن المشهور ان الطاعون ينتطح بعد عيد مار يوحنا والارجح ان ذلك عائد لا الى مجرد ارتفاع الحرارة في الصيف الذي يتبعه فقط بل الى جناف الهواء ايضاً

ومن الامور الغريبة الخاصة بالانسان دون غيره من الحيوان انه يستطيع الانتقال من اقليم حار الى اقليم بارد وبالعكس ويتعود مناخاً لم يعهده من قبل. والظاهر ان ذلك ناتج عن تغيير يحدث في بنيتهم تمثله باهل الوطن الذي يسكنه فيكتسب خاصيتهم ويسلم من اخطار الغريب. ولا يقتصر ذلك على الفرد بل يمتد الى شعوب بأكملها فان الشعب الاسرائيلي قد انتشر في جميع قارات العالم واقاليمها ولا يزال كثير العدد متميزاً بالهيئة الخاصة به على انه قد ساكن اماكن مختلفة واقتبس كثيراً من عاداتهم. ويظهر ان الجنس القوقاسي اشد اجناس البشر في تعود الاقاليم المختلفة فقد شوهد جماعات منه ممتدة من اطراف الارض الشمالية الى

اطرافها الجنوبية غير انه لا بد من تغيير في نوع المعيشة وعادات الحياة موافق لما يقتضيه العقل ومشابهة لما تعلمه السكان من الخبرة. وسنذكر الآن ما يتعلق بتعود المناخ في الذين ينتقلون من اقليم بارد او معتدل الى اقليم حار وبالعكس اما الذين يتعودون الاقليم الحار وقد اتوا من اقليم بارد او معتدل فالنتائج الفسيولوجية الحادثة من ذلك في بنيتهم هي ان الوظائف الحيوية في البلاد الباردة كعمل القلب في الدورة الدموية والرئتين في التنفس وعمل الهضم والكليتين على غاية من النشاط فاذا انتقل الانسان منها الى بلاد حارة لم توافقه الكيفيات الجديدة التي تحيط به. لان حرارة الهواء لا تبعد عن حرارة جسمه فلا يحتاج الى نشاط الدورة والتنفس والهضم كما يحتاج اليه في الاقليم البارد غير انه يشتد عمل الجلد في العرق وينقص عمل الكليتين واذا نقص عمل الرئتين والابراز المحاصل من التنفس زاد عمل الكبد في افراز الصفراء وتطهير الدم حملاً عنها فقد يتضخم ويؤدي الى المرض او الهلاك

وبناء على ما تقدم يجب على الذين ينتقلون الى البلاد الحارة حفظ هذه الشروط الصحية. اولاً ان يحذروا من الشراهة في الطعام ولا سيما اللحوم الدهنية والاطعمة العسرة الهضم. ومن الموافق لهم المواد النشائية والفواكه والخضراوات. واما المشروبات الروحية بانواعها فلا تجوز على الاطلاق ولا يجوز منها الا اليسير جداً. ثانياً الرياضة العنيفة والتعرض للشمس في النهار وهواء الليل مضر في اول الامر فيحذر منها الى ان يكون الانسان قد اكتسب عادة المناخ. واما الرياضة المعتدلة فواجبة لامتلاك صحة بدونها. ثالثاً يجب ان يكون اللباس خفيفاً ناعماً النسيج يمنع تبريد الجسد في الليل بعد حرارة النهار. وقد اسلفنا اكثر من مرة الضرر العظيم الذي يحدث من البرد عقيب الحر. ولذلك يجب لبس الفلانلا الناعمة على الجلد لانها تقي من عمل البرد وتلطف الحرارة بواسطة التبخر الجلدي. وقد شوهد من الخبرة ان الذين يلبسونها اسلم من الامراض مما سواهم في الهند وغيرها من البلاد

الحارة. رابعاً لما كان العرق غزيراً في البلاد الحارة يلقى مواد غريبة على الجلد وجب الاستحمام اليومي في الماء الفاتر للقادمين حديثاً وفي البارد لغيرهم ووفق الوقت من النهار لذلك هو الصباح عند النهوض من النوم قبل الأكل. فضلاً عن فائدة الحمام البارد في تنظيف الجسد هو من المقويات الفعالة في دفع الامراض التي يتعرض لها غرباء الاقليم. خامساً تتخب المواضع المرتفعة الجيدة الهواء اذا امكن. والآنكلير لا يرسلون جنودهم الى الهند قبل حلول الشتاء الا اذا مسّت الحاجة الى غير ذلك

المدة اللازمة لتعود المناخ اطول كلما اقتربنا الى خط الاستواء ولكنه لا بد من بضع سنين في كل حال. ولا يظهر شيء من التغيرات التي يحدثها الاقليم في الغرباء المتوطنين الا في لون الجلد والشعر واما ما يحدث في باطن البنية فغير معلوم الا انه من المحقق انها لا تنزع من الجنس الصفات الخاصة به فان لون اليهود الذين قطنوا الهند منذ قرون كثيرة قد صار كلون الهنود ولكنهم لا يزالون يتميزون بالسحنة الخاصة بهم. وزعم البعض ان كل ما يتميز به جنس من البشر عن غيره انما هو من عمل الاقليم وخالقهم آخرون وقالوا ان هذا صحيح في صفة الجلد واجزائه الاضافية وهو امر عرضي واما في الامور الكلية كشكل المججمة وهيئة الوجه وبناء العقل فان عمل الاقليم فيها قليل وانما هو تابع لرسم قديمة لا تتغير. وقالوا ان اللون لا يتعرض للنوع فان الزنجي آدمي كالايض كما ان الفرس الاسود والفرس الايض من نوع واحد

واما الذين ينتقلون من اقليم حار او معتدل الى اقليم بارد فتمعكس فيهم الكيفيات التي سبق ذكرها آنفاً الا ان اضرار البرد ربما كانت اشد. وقد سافر جماعات مرات عديدة نحو القطب الشمالي بغية اكتشاف الصفات الارضية هناك هناك وعرفوا من الخبرة كل ما يلزم لوقايتهم من البرد ونجحوا في ذلك نجاحاً عجيباً غير ان المرض الذي صادفهم المرة بعد الاخرى هو المعروف بالاستربوط

فاهلك بعضاً منهم . غير ان ما يتعلق بهذه الاسفار من حيث شروط الصحة لا يهم العامة فنقتصر على قول مختصر في الذين يرحلون من هذه الاقطار الى اوربا حيث يصادفون درجة من البرد لم يألّفونها . والشروط الصحية بهذا الشأن قليلة وبسيطة وهي اولاً ان يكون اللباس موافقاً لبرد تلك البلاد وعلى الخصوص مدة الشتاء وقد سبق الكلام على ذلك . ثانياً رياضة جسدية كافية لما يقتضيه الاقليم البارد لاجل توليد الحرارة بواسطة زيادة ما يحدث من الاعمال الكيماوية الجارية في الجسد . ثالثاً الاطعمة اللينة الدهنية التي من شأنها توليد الحرارة بكثرة كما سيأتي في فصل الطعام . واما الاشربة الروحية فلا يجوز استعمالها الا اذا دعت الحاجة اليها وعند ذلك لا تكون الا بكمية معتدلة . وما ثبت القول بوجوب اكل اللحوم الدهنية في الاقاليم الباردة ما ذكره الدكتور هابس في رحلته الى جهات القطب الشمالي من عادات الاسكيمو الذين يسكنون اقصى الجهات الشمالية من الارض فقال ان دفعهم للبرد قائم باكل لحوم الحيوانات البحرية فان الواحد منهم باكل في اليوم نحو ثلاثة ارطال عربية ثلثها من الدهن ولو وجدت اطعمة نباتية عندهم لما امكن قيام الحياة بها . وقال ان ليس للذة الطعام شركة كبيرة في مناولة الطعام عندهم لان الانسان منهم يتناول اللحم كما تتناول الآلة البخارية الفحم والفائدة في كلا الحالين واحدة لان كربون الفحم يولد الحرارة التي تحرك دوليب الآلة فتندفع في سيرها السريع وكذلك كربون الدهن واللحم الذي يولد الحرارة في الاجساد وبقي الحياة من الموت وكثيراً ما يشير الاطباء في بعض الامراض بالسفر والانتقال الى غير مكان المريض وهو المعروف عند العامة بتغيير الهواء وقد شوهد من ذلك فوائد ظاهرة . فقد تستعصي الامراض الدورية في المواضع المملارية بحيث انه لا يشفى المريض منها الا بالانتقال الى الاماكن النقية الهواء . والشهقة والربو والاسهال المزمن كثيراً ما لا تنزول الا بالتغيير المذكور . وبعض امراض المعدة لا تنزول من العلاج كما تنزول من السفر المستطيل . ويرسل من مصر الى جبال لبنان المصابون

بعل الكبد والدوسنطاريا المزمنة وباتي الصعيد منها في فصل الشتاء كثيرون
من اصحاب العلل الصدرية ولا سيما السل الرئوي

ويشار احياناً على بعض المرضى الذين علمهم مزمنة لا تخضع للعلاج بالسفر
الى اوروبا لاجل مياهها وحماماتها المعدنية فكثيراً ما ينالون الشفاء التام او بعضه
وربما كان معظم الفائدة من ذلك ما ينشأ من تغيير الهواء وانسراح القلب من
المناظر الجميلة وتسليه العقل وتفرج الهموم بما يشاهدونه من الابنية والحدائق والتحف
الغريبة المجموعة في معارضهم وتقوية الهضم من برد تلك البلاد وتحسين عموم الصحة
بحيث ان الطبيعة تتغلب على المرض او تدفعه عنها دفعاً تاماً. ومن هذا القبيل ما
يحصل من الفائدة للذين يصعدون من سواحل سورية الى جبالها اثناء الصيف
لانهم لا ينجون من مزار الحر فقط ولكنهم يستنشقون هواءً انقى من هواء المدن
الغاصة بالناس ويشربون ماءً اصفى من الاكدار ويباشرون الرياضة في الهواء
الخارج عن القرى والمساكن ويتمتعون بشيء من راحة البال والاعتزال عن مشاق
الاشغال فتشتد فيهم شهوة الطعام ولذة النوم ولا ينجى ما في كل ذلك من المنفعة
العظيمة لتقوية الجسد ونوال العافية. وقد نقرر هذا الامر من الخبرة الطويلة فلم
يبق ريب في فائده وعلى الخصوص للاطفال والضعفاء الى انه صار عادة مستمرة
عند اهل اليسر

طقس بيروت على مافي ارساد مرصدها من شهر تموز ١٨٧٤

الى شهر تموز ١٨٨٠



درجة حرارتها ك ٢ شباط اذار نيسان ايار حزيران تموز اب ايلول ت ١ ك ٢

٨٠°٥	٨٥	١٠١	٩٦	٩٩°٢	٩٨	٩٣°٧	١٠٠	٩٧°٢	٩٠°٠	٧٧°٢	٧١°٩	الاعظم
٣٦°٥	٤٦	٥٣	٦٠°٢	٦٥°٨	٦٤	٥٧	٥٠	٤٤°٨	٣٩°٩	٣٥°٩	٣٦°٠	الاقبل
٦٣°٧	٦٨°٨	٧٨°٤	٨٢°٢	٨٤°٥	٨٤°٢	٨١°٤	٧٢°٨	٦٧°٢	٦١°٩	٥٨°٢	٥٧°٢	المعدل

معدل حرارتها السنوي ٧١°٢٣ واعظمه ٩٩°٥ واقله ٥٥°٩

رياحها الغالبة	الشتاء	الربيع	الصيف	الخريف
جنوبية غربية	جنوبية غربية	جنوبية غربية	شمالية . شمالية شرقية وجنوبية غربية	البحري
رطوبة هوائها على فرض درجة الاشباع ١٠٠	٦٧°٨٥	٧١°١٢	٦٦°١٥	٦٣°٦٣
مطرها قرار يربط	١٨°٧٤	٨°٢٥	٦°٦٦	٧°٥٦
عدد الايام التي فيها تطيق السماء بالغييم	٣٢	٢١	٢	١٤

واما بقية ايام السنة فاما ان تصوف فيها السماء تماماً او يحدث فيها غيم متقطع

ترتبتها . رملية وكلسية

ظواهرها الكهربائية قليلة الاهمية يحدث فيها الرعد والبرق في الربيع والخريف ويندر

الشفق القطبي

الفصل الثالث عشر

المساكن

فائدة المساكن للبشر الوقاية من الحوادث الجوية والانفراد وترتيب المعيشة فهي من اول ضروريات التمدن التي بدونها يعود الانسان لامحالة الى الصفة الوحشية. غير ان للمساكن عيوباً مضرة بالصحة لانها تتضمن هواءً منقطعاً عن الهواء الخارج لا يتغير كما ينبغي ولا تنال من النور كفايةً لما تقتضيه العافية التامة وتجمع من الناس عدداً يتنفسون على الدوام الابخرة التي تخرج من اجسادهم وتحذاج الى التدفئة في الشتاء واشعال النار وايقاد النور في الليل وهو ما يضر في نقاء الهواء واخيراً يندر اصطناع البلايع والاسربة الحاملة اقذار البيوت والبشر اصطناعاً متقناً يمنع ضررها الظاهر. فلا بد اذاً من صرف الجهد في تنقيص هذه الشوائب ما امكن وتخفيف اضرارها بواسطة كيفية بناء البيوت ووضعها ومتعلقاتها الصحية

وما يزيد ضرر المساكن اجتماعها على هيئة حشكة في المدن. لانها اذا كانت ردية الهندسة مزدحمة وازقة المدينة ضيقة معوجة وماؤها قليلاً لا يكفي لانواع النظافة والتجهيز لرفع الاقذار غير متقن وكان الاهلون متصفون بمخشونة العوائد وطعامهم قليل التغذية اجتمعت حينئذ اسباب المرض. وقد ثبت عند المحققين ان هذه الكيفيات التي تغلبت في القرون السالفة ولا تزال موجودة في مدن الشرق هي الموجب العظيم لانتشار الاوبئة الهائلة التي لم يكن سببها علة من خفايا النجوم والافلاك بل نشأت من مخالفة نوااميس الصحة في بناء البيوت والمدن

أكثر اسباب الامراض التي تنشأ من رداءة المساكن ناتجة عن فساد الهواء بل ربما كان هذا هو السبب الوحيد لها. فقد يكون موقع الدار ردياً لأنها اذا كانت مستقرة على تربة رطبة ملاربية صعدت اليها الرطوبة والمواد الآلية. وقد يكون تبدل الهواء فيها ناقصاً فتجتمع انجرة السكان وتفسد الهواء. وقد تحفظ ابرازاتهم داخل المنزل او بقربه. وقد يكثر القذر من قلة استعمال الماء فيسبب فساداً مستمراً في الهواء. وبناءً على ذلك يجب انجاز هذه الشروط الخمسة لاجل صحة المساكن. وهي أولاً موقع جاف خالٍ من الملاريا معرض للنور متجه نحو المناظر التي تشرح الحاطر. ثانياً وسائل التهوية بحيث يزول من المكان كل فساد ناشئ من التنفس. ثالثاً جهاز تام الاتقان يُحْمَلُ بواسطة اقدار السكان وتُبعد عنهم وعن هوائ بيوتهم. رابعاً ادخال كمية كافية من الماء الى البيوت لاجل المحافظة على النظافة التامة. خامساً بناء البيوت على نوع يتكفل بغاية النشوفة في ارضها وحيطانها وسقفها. ولا يجوز لغاية من الغايات ان تعارض شيئاً من هذه الشروط اذا اراد الانسان ان يرى في مسكنه انعام الصحة. ولما كانت هذه الامور علاقة شديدة بالصحة واهمية عظي وجب ان نذكرها بالتفصيل مع ما يمكن من الاختصار

اما موقع المساكن فيجب ان يكون بعيداً عن جوار المعامل الصناعية التي تخرج منها انجرة مضرّة وعن الاماكن التي يجري فيها تحليل المواد الحيوانية والنباتية كالمساخ والدباغات والاسواق التي تباع فيها اللحوم والاسماك والبقول والمزابل والمقابر وما اشبهها. وكذلك يجب الابتعاد عن جوار الانهر والبحيرات والاجنة ومصب الاسربة حذراً ما يتصاعد منها من الغازات المؤذية. ويجب ان يكون الموقع مرتفعاً لان ذلك يسهل تجفيف الارض وحركة الهواء حول الدار ويقلل التعرض للرطوبة والتاثيرات الملاربية. ويختار من التربة التي تبنى البيوت عليها ما لا يضبط الرطوبة كالارض المحجرة والرمية والخاتة خلافاً لانواع الطين على ما تقدم في فصل التربة والمواضع. ولا تقام الطبقة السفلى من البيت على الارض راساً بل تُرْفَع

عنها ذراعاً او ذراعين دفعاً للرطوبة . ولما كانت جهة البيت الجنوبية في هذه البلاد اشد جهاته تعرضاً للنسيم البارد في الصيف ولتقابلة الشمس في الشتاء كان الاوفق امتداده من الشرق الى الغرب

ومادة البناء كثيراً ما لاتكون في دائرة الاختيار لانها تختلف بحسب اختلاف المواضع . غير انه يقال على الجملة ان الحجر الرملي وهو حجر مدينة بيروت كثير التشرب للرطوبة الى ان يصير قديم العهد فتكون البيوت المبنية منه حديثاً رطبة عفنة الحيطان على ان اهل اليسر يلففون الامر ببناء قناطر حول الجهتين المعرضتين للشتاء وها الجنوبية والغربية او بطلاي الحيطان من الخارج بملاط صلب . وحجر حلب الكلسي الصلب من افضل ما يبنى به . واما الطين الذي اصطلح عليه اهل مدينة الشام ويسمونه لبناً فردي جداً فيبيع المنظر من الخارج مما زخرفوا الداخل منه ولا نعلم لماذا لا يبدلونه بمادة اخرى كالآجر او اللبن المتقن العمل ولو كان دون الحجر صلاحاً . ويجب ان تطلاي الحيطان من الداخل بملاط جيد وان ترصف الارض بالرخام على ان البعض يكرهونه لسبب برودته في الشتاء او الحجريات المعروفة او الخشب الصلب المشبع بمواد زيتية وهو افضلها لكي لا تمتص الارض ما يسقط عليها من السوائل او ما تغسل به من المياه . ومن الواضح انه لا يجوز سكن البيوت الجديدة الا بعد جفاف رطوبتها وانقطاع الرائحة من ادهانها واختلاف الناس في رسم الابنية التي يقيمونها ويسكنونها فلكل بلاد اصطلاح من هذا القبيل مبني على خبرة اهاليها بما هم عليه من الصقع والاقليم ونوع الريح المتغلبة عندهم . وللذوق والضرورة ايضاً دخل عظيم في ذلك بحيث انه يعسر الكلام في هذا الشأن الاعلى سبيل الحجة وعلى الخصوص لان الابنية التي تقام داخل المدن المحشكة كالشام وحلب لاتمكن الانسان من التصرف في هندسة البيوت كما يصح له في الفسحات المتسعة خارج المدينة كمدينة بيروت مثلاً . واصطلاح المدينة المذكورة ان المساكن مكوّنة غالباً من طبتين سفلى وعليا يندر الاختلاف بينهما في

ترتيب المكان والطبقة منها مؤلفة من دارٍ فسيحة مبلطة بالرخام مركزية تحيط بها الغرف من كل الجهات الأوجه الشمالية التي تمتد عليها فنطرتان أو ثلاث مشغولة بالزجاج. ويضعون المطبخ وبيوت الخلاء في الجهة الشرقية التي لا ياتي منها الريح إلا نادراً فيمتنع عن المسكن ما ينبعث هناك من الدخان والرائحة. ويستطرق الى بيت الخلاء بواسطة دهليز خاص بحيث يكون منفصلاً عن المطبخ وغرف الخدمة ولا يستبعد الوصول اليه. واما العادة القديمة في وضعه داخل المطبخ طلباً لتوفير المكان والكلفة فمن اقبح العادات التي جرت في خبرة الانسان ولا نعلم كيف ندمها ذمّاً تستوجبها ولكنهما قد زالت الآن ولا نشاهد الا في البيوت القديمة الحقيرة. ولا حاجة الى القول انه لما كانت الطبقة العليا اكثر تعرضاً للشمس والهواء والنور فهي اجفّ وافق جداً للصحة من السفلى وعلى الخصوص لاجل النوم. واما نصاعد الانجرة المضرة من الطبقة السفلى او من جوارها الى العليا فيبدها الريح غالباً ولا يقوم هذا العيب اذا وُجد مقام المنافع المذكورة آنفاً

وتبديل الهواء في البيوت من اشد الضروريات للصحة وهو يقوم بعدد كافٍ من الابواب والشبابيك العالية المتقابلة والمحد الواجب في ذلك هوان يدخل الهواء ويخرج بدون ان يكون الحس به زائداً او مزعجاً. وحركة الهواء المذكورة ناشئة عن برد الهواء الخارج بالنسبة الى الداخل فينفذ الكثيف منه ليشغل محل ما تطفئ بواسطة حرارة المسكن هذا فضلاً عما له من الحركة الخاصة به المعروفة بالريح. ولا حاجة الى القول انه كلما زاد عدد السكان وجب الالتفات الى تجهيز كافٍ لتجديد الهواء واما المستشفيات والبيوت التي يسكنها المرضى فشديدة الضرورة لذلك وربما احتيج فيها الى وسائل اخرى تتعلق بكيفية بناءها الخاص. ومن الاماكن التي يُطلب فيها تبديل الهواء على نوع خصوصي الابنية المعدة لاقامة العساكر والمعابد والمراسم. ومن وسائل تبديل الهواء في الفصل البارد اشعال النار في الوجاق لان هواء المكان يدخله لسبب حرارته ويخرج من قسطله فيتمكّن من ذلك مجرّ

دائم من داخل المكان الى خارجه وبالضرورة من خارجه الى داخله ايضا
 اخص الاقدار التي يجب الحذر من الغازات التي تتصاعد منها هي ابرازات
 الانسان ومياه الغسل فانها اذا بقيت في المسكن وصعدت انجرتها ورائحتها اليه
 افسدت هواءه بل اربب وصارت علة لأمراض كثيرة ولا تشار الوباء بين الناس .
 وقد اسلفنا القول ان عدم الاعناء بهذا الامر العظيم هو سبب الوبئة في القرون
 السابقة وفي بلاد الشرق الى الآن . ومن الأدلة على ذلك ان الشعب الاسرائيلي
 الذي لا يزال محافظاً على عادة اوساخ البيوت والبلايع من ازمة الجور عليهم
 شعب ضعيف البنية واذا حدث وباء كالهواء الاصفر والطاعون اهلك عدداً
 عظيماً منهم . ولا نعلم لماذا يحافظون على هذه العادة الرديئة وقد زالت ازمة الظلم
 الآن الامر صار فيهم ملكة موروثه من تعاقب نحو النفي سنة يتعسر عليهم الاقلاع
 عنها ولوراء اضرار الوسخ في اجسادهم وانفسهم
 واما كيفية التصرف بالاقدار^(١) حتى يمتنع ضررها في هذه البلاد فعلى

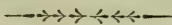
(١) "بناءً على القرار المعطى من الدائرة البلدية قد صار تفويض مسئلة تنظيف
 شوارع واسواق مدينة بيروت عموماً بوجه الالتزام على مدة سنتين كاملتين اعتباراً من
 الخامس عشر من شهر مارت سنة ٩٧ لغاية الرابع عشر من شهر مارت سنة ٩٩ فمن الآن
 وصاعداً يجب على جميع ساكني بيروت ان يضعوا الكناسة التي تتراكم في مساكنهم على حافة
 الطريق بقرب ابواب بيوتهم من بعد غروب الشمس بثلاث ساعات الى قبل طلوعها
 بساعة واحدة صيفاً وشتاءً وبعد انقضاء هذا الوقت لا يجوز لاحد ان يلقي الكناسة المتراكمة
 في الطرقات والشوارع واما الحيوانات والطيور الميتة والاقدار فممنوع القاها مطلقاً في
 الطرقات النافذة والغير النافذة في اي وقت كان واذا مات حيوان عند احد يجب اخبار
 المتعهد عنه واعطاه الاجرة المعينة من طرف البلدية لاجل اخذه والقائه في البحر من الجهات
 البعيدة عن البامة ولا يدفع لاجرة عن الحيوانات الصغيرة نظير اجناس الكلاب والقطط
 والفيران والطيور والذين يخالفون ذلك تجرى بحقهم المعاملة القانونية ويحصل منهم ايضاً
 مصاريف رفع ما القوه على الطرقات والاسواق ولكي تكون الكيفية معلومة عند العوام
 صار نشر هذا التنبيه في ١٢ مارت سنة ٩٧"

مجلس دائرة

بلدية بيروت

طريقتين. الاولى انها تُدفع في المدن الى اسربة تحملها الى مجرا ونهر او مكان آخر. ويشترط في ذلك ان تكون القنوات ضابطة مغطاة لا تنبعث منها الروائح مبتعدة عن قنوات المياه لئلا ياتي شيء منها ويفسد الماء المشروب. والثانية انها تتجمع في آبار محفورة في الارض فتعزل من مدة الى مدة وتُنقل لتصير سباخاً للارض. ويشترط فيها ان لا تطول مدة التعزيل وان يرسل الماء بكثرة في بيوت الخلاء ولاجل منع تصاعد الانجزة منها اصطلاح اهل اوربا على آلات ضابطة. ومدحوا انبوباً طويلاً يمتد من الحفرة الى اعلى سطح المسكن ليذهب بالروائح والانجزة المضرّة الى حيث لا يحدث منها اذى. ومدحوا ايضاً ولاسيما في زمان الامراض الوباءة والوبأ ارسال كمية من مضادات الفساد في الاوعية وبيوت الخلاء التي تُلقى اليها ابرازات الجسد كالجاز والكلس والحامض الكربوليك والفحم المسحق

وتظهر اهمية ما ذكرناه من ان المحققين راقبوا ما حدث في الصحة العمومية قبل اجراء الاصلاحات المشار اليها آنفاً وبعده في خمس وعشرين بلدة من بلاد الانكليز فرأوا نقصاً في الامراض وكان الموت من الحمى التيفوئيدية نصف ما كان من قبل



الفصل الرابع عشر

المدافن

بعد الموت ينحل الجسد الى العناصر المولف منها وكثيراً ما يصير ما كلاً للود
وينتهي امره بان قسماً عظيماً منه يتحوّل الى غازات بعضها منتنة تصعد الى الهواء
وتناكسد ويتغير تركيبها والقسم الآخر املاح تترج بالتراب وتدخل في بناء النبات
او يجمها الماء الجاري في الارض. واما العظام فتبقى على هيئتها الظاهرة في بعض
الآثرية قروناً عديدة بدون ان يحدث فيها تغيير كلي

وقد اختلفت عوائد البشر في التصرف بالموتى. فكان المصريون القدماء
يخطونهم وانقلوا هذه الصناعة الى ان ما حنطوه من الوف من السنين لا يزال
محفوظاً حفظاً جيداً في مدافنهم او في معارض البلاد المتمدنة. وليس شيء من الفائدة
في حفظ الاجساد التي لا يكثر ثبوتها اهل الاجيال النابتة. واصطلى بعض القدماء
على حرق موتاهم وحفظ الرماد في اوعية خاصة مكرمة عندهم وقالوا ان هذا اجل
لهيت واحفظ للصحة العامة التي كثيراً ما تؤذى بواسطة الابجرة التي تصعد من
القبور. وتابعهم في ذلك بعض اهل هذا الزمان واختاروا الرجوع الى هذه الطريقة
القديمة واخذوا يسعون في اقناع الجمهور على ان عامة الناس لا يزالون متمسكين
بعادة دفن الموتى في الارض وينفرون من التصرف بالحرق بناءً على اسباب كثيرة
بعضها دينية وبعضها مما ألفته طبيعتهم وحاسياتهم. وليس في كل ذلك امر كبير عند
علماء القوم الذين يعدّون دفن الموتى في الارض اضرّ الطرق التي اصطلى عليها
البشر ويقولون انه لا تهمان المحبة الطبيعية او الديانة في التصرف باجساد الموتى
مهما كانت الكيفية اذا اقيم معها مواجب الحشمة والاعتبار للمتقلين من هذه الحياة

ولما كان من المشهور ان جوار المقابر مضر للصحة وجب تطهير الاذى ما
 امكن . فاولاً يجب ان تكون المدفن مبتعدة عن مساكن الناس ليس اقل من
 خمسين ذراعاً محاطة بأسوار لتكون منفردة عما سواها غير موضوعة في اراضٍ
 منخفضة لا يجري فيها او بقرىها ماء لئلا يفسد منها . ثانياً يغرس بين القبور اشجار
 ذات اوراق كبيرة خلافاً لاصطلاح العامة على السرو ولو كان جميلاً لان الاوراق
 النباتية تمتص ما يتصاعد من ابخرة القبور فيزيل ضررها . ثالثاً يكون القبر عميقاً
 ليس اقل من قامة الانسان . رابعاً لا تنفتح القبور القديمة لدفن ميت حديث قبل
 مرور ثلاث سنين في هذه البلاد . خامساً لا يجوز دفن الميت في الكنائس
 والمساجد . سادساً اصطلمحو على وضع كلس او مادة اخرى لتشرب الابخرة فوق
 التابوت في ايام الوباء دفعاً لانتشاره بين الاحياء

واما اصطلاح بعض اهل هذه البلاد على دفن الموتى في القبوات المعروفة
 عند العامة بالخشاشة فامر مضر للجملة وجوه وهي انها غالباً غير ضابطة الجدران
 والباب فتخرج منها الروائح النتنة وتفسد هواء الاماكن المجاورة . ثم انهم يجدون
 الدفن فيها في مدات قريبة قبل حلول البلاء في الاجساد الذي لا يتم في هذه
 البلاد الا بعد سنين او ثلاث ولا ينجى ما في ذلك من الضرر للذين يحضرون
 الجنائز وهواء المكان

من عادة الاقوام المتقدمة ان لا يدفن الميت قبل مشاهدة الطبيب له لئلا
 تدفن الاحياء سهواً او عمداً . وقد بحث المحققون في العلامات الفاطمة لحلول الموت
 وقالوا هي اربع انقطاع التنفس وتوقف عمل القلب وحدث التيبس الموتى وحلول
 الفساد في الجثة . فاذا وجد شي منهنها بلا ريب ودام مدة او اجتمعت هذه العلامات
 وعلى الخصوص الاخيرتان منها فلم يبق شك في الموت . واما اخبار العامة بدفن
 كثيرين وهم احياء فمن المبالغات ولو صحت نادراً وقررت وجوب الفحص الكافي
 والحكم الشرعي قبل ايداع الجثة الى القبر

الفصل الخامس عشر

المياه

فائدة الماء للبشر في الشرب والطبخ وغسل الجسد والاثواب والاعوية والبيوت وتنظيف بيوت الخلاء والاسربة والازقة وشرب وغسل الدواب وغسل العربات والاسطبلات والحياض والحمامات المشاعة وامثال ذلك . وقد علم من شركات المياه التي توزعها على السكان ان المدن تختلف في الكمية التي تنال الافراد من جميع الحثيات المذكورة بين ٦٠ و ٢٥ كيلو يومياً . وقد عيّنت الحكومة الانكليزية نحو ٧٥ كيلو للعسكري في كل يوم لاجل ما يحتاج اليه من شرب وغسل وغير ذلك . وقال العلامة باركس ان ما يحتاج اليه الجندي هو على ما ياتي :

للشرب	(ماء قهوة شاي)	٢ كيلو
للطبخ		٤ " "
لغسل الجسد		٢٥ " "
لغسل ما يخصه من الاعوية والمسكن والاثواب		٣٠ " "
		٦١

ومن متعلقات علم الصحة بالمياه انواعها وبقاوتها وطرق تطهيرها من المواد الغريبة التي تخالطها والامراض التي تنشأ عن فسادها . وسنذكر الآن كل ما هو ضروري بهذا الشأن

الماء مركب من الهيدروجين والاكسجين بنسبة ثمانية اجزاء من الاول لجزء

من الثاني بالوزن وذلك عبارة عن جرم واحد من الأكسجين للجرمين من الهيدروجين بالكيل فهو اول أكسيد الهيدروجين . وهو يغطي نحو ثلاثة ارباع سطح الارض ويتكوّن منه معظم اجساد البشر والحيوانات وفي بعض النبات نحو $\frac{٩٥}{١٠٠}$ من الماء . اذا كان نقيّاً كان خالياً من الطعم والرائحة غير ان صفاته تختلف بحسب المواد التي يكتسبها من مصادر مختلفة وكثيراً ما توجد فيه حيوانات ونباتات مكرسكوية بحيث انه لا يكون ابداً في الطبيعة نقيّاً صرفاً . وكل انواع المياه تتضمن شيئاً من الهواء الجوي محلولاً فيها يُطرَد بواسطة الغلي ثم يمتص ثانية اذا هزّ الماء والهواء معاً

ماء البحر لا يصلح للشرب لكثرة ما فيه من الملح الاعنيادي واملاح اخر غير ان تركيبه يختلف بحسب اختلاف مواضعه والعق الذي يؤخذ منه واكثر البحور املاحاً البحر المتوسط والبحر الاثنتيني عند خط الاستواء حيث تكون المواد الجامة نحو ٢٧ جزءاً في ١٠٠٠ اخصها الملح الاعنيادي . طعم ماء البحر ملح حادّ مرّ . وقد اصطلحوا في هذه الايام في السفن على آلات لاستقطاره ثم خضّ ما يستقطر مع الهواء فيصير صالحاً للشرب . درجة حرارته لا تقبل التغيرات التي يقبلها الهواء الجوي فهي اكثر استواءً

ماء الشتاء ناشئ عن البخار الذي يصعد من سطح البحر ثم يتركّز في الجو بواسطة البرد ويسقط على الارض ماءً . وهو نقي لا تخالطه الا آثار من المواد الآلية والحامض النتريك والامونيا التي يكتسبها من الهواء . واما الثلج والبرد فتרכيها كتركيب ماء الشتاء الا ان الامونيا فيها اكثر وكذلك الضباب الذي يجمع فوق المدن ولهذا السبب كان حريقاً مهيجاً للسعال . واذا جُمع ماء الشتاء في اوانٍ من الرصاص او التوتيا او النحاس اذاب شيئاً منها ولم يصلح بعد ذلك للشرب ولكنه اذا كان نقيّاً او تصفّى من اكداره فهو عذب لئِنْ في غاية الصلاح للشرب والغسل . واما قول العامة ان ماء الثلج لا يصلح للشرب فغير صحيح ولو كان ثقيلًا قليل الهواء

ماء العيون والآبار هو ما ينفذ من ماء الشتاء في باطن الأرض ويجري فيها الى محل خروجه منها . فاذا سار على ما ذكر امتص كمية عظيمة من الحامض الكربونيك المزوج بالهواء الذي يتخلل الخلايا بين التراب ويجمل كل ما يلاقه في طريقه اذا كان قابلاً للذوبان وعلى الخصوص كربونات الكلس . وعلى ذلك يتضمن ماء الينابيع مواد متنوعة قد تكون قليلة او كثيرة فاذا كانت كثيرة صار الماء معدنياً لا يصلح للشرب إلا لعدة طيبة كما اذا كان فيه حديد او كبريت او مغنيسيا او غيرها . على انه كثيراً ما يكون ثقيلاً لئناً ولو خالطه شيء من الكلس . وكدره لا يتوقف على عمقه بل على نوع الصخور والتربة التي يسير فيها . ودرجة حرارته تختلف من البرد الشديد الى الحرارة العظيمة فقد يبلغ الغليان في بعض الينابيع غير ان الغالب انه ابرد مما سواه من المياه

ماء الانهر يشبه ماء النبع من وجوه كثيرة غير انه كثيراً ما يكون مختلطاً بالتراب والرمل ومُفسداً بالمواد الآلية الناشئة من بقايا نباتية وحيوانية وباقدار اسربة المدن وما يندفع من المعامل . وعند طفغيانه من سيول الامطار وذوبان ثلوج الجبال يتكدر ما يجرف اليه من التراب ولكنه يصطحب من نقص المواد الأخر المفسدة له . ولا يخفى ان اكثر المدن تستقي الماء من الانهر وكذلك الجيوش الماء الراكد يجمل مقداراً كبيراً من المواد الآلية فلا يصلح للشرب على انه كثيراً ما يكون عذبا رائقاً . ولذلك لا يجوز استعماله اذا امكن الوصول الى ماء جارٍ . ومن هذا القبيل ماء الاجنة والخنادق والبرك والترع

نقسم المياه الى اربعة اقسام وهي اولاً مياه الشرب ثانياً المياه المعدنية ثالثاً مياه الاستحمام رابعاً مياه الغسل

مياه الشرب

لا يصلح من المياه للشرب إلا مياه الشتاء والانهر والينابيع . ويشترط فيها ان

تكون خالية ما امكن من المواد الآلية والمعدنية بحيث تكون عديمة اللون والرائحة والطعم. وهي تتضمن عادةً نحو خمسة اجرام من الهواء الجوي في مئة جرم من الماء. وتضمن هذه المياه الأماء الشئاء الصرف شيئاً من املاح الكلس والكور التي لا تضر اذا كانت كميتها قليلة بل ربما كانت مفيدة ولكن اذا كانت كثيرة احدثت التهييج المعوي كالاسهال ووجع البطن ومن المحقق ان املاح الكلس تسبب الحصى الكلوية والمثانية. ويشاهد ذلك على نوع خصوصي في الذين يشربون ماءً جديداً لم يتعودوه وبعد جرف السيول من الجبال واختلاط التربة في ماء الانهر ويشترط في صحة الماء ان لا يُستقبل او يوضع في اوانٍ من توتيا او نحاس او رصاص. لان الماء يمتص الأكسجين والحمض الكربونيك من الهواء فاذا وضع في اناء من رصاص تكون على باطن الاناء بعد برهة قصيرة قشرة رقيقة بيضاء هي كربونات الكلس واكسيد الهيدراتي ثم تسقط الى قاع الوعاء وهي سامة جداً. ولذلك لا يجوز جمع ماء المطر في صهاريج مبطنة بالرصاص. وكذلك يجب الالتفات الشديد الى الانابيب الرصاصية التي تحمل الماء في المدن الى البيوت فانه لا يجوز ان تكون طويلة المسافة اوان يُحتمل الماء فيها. وقال العلامة كرسنسون ان اهل مدينة امستردام مرةً بدلوا اجر سطوحهم بالرصاص فكانت النتيجة هائلة في ما حصل لهم من المرض المعروف بالمغص الرصاصي. وقال هفان ان قحمة من الرصاص في خمس لترات من الماء كافية لجعله ساماً على ما شاهده في مدينة كلارمنت وان اقل من هذه الكمية كافٍ لاحداث الضرر. وقال هموند وضعت ماء مطرني في وعاء من رصاص نظيف وبعد عشرين دقيقة كشفت قسماً منه بسيل من الهيدروجين المكبرت فرسب راسب اسمر هو كبريتور الرصاص. وبعد ست ساعات وجدت سبع قحمة من الرصاص في عشرين اوقية منه فلو شرب احد من هذا الماء بضعة اسابيع لناله ضرر عظيم. ثم اخذت ماءً آخر من ماء المطر واضفت الى ١٦٠ اوقية منه خمس قححات من كبريتات المغنيسيا ووضعت في ذلك الوعاء فلم يظهر بعد

ذلك شيء من الرصاص في الماء . واعدت الامتحان مع اضافة املاح اخر فلم
يرسب شيء من املاح الرصاص وتحقق عندي انه كلما كان الماء نقياً كان اكثر
عرضة للفساد بواسطة الرصاص . وحسبنا ذلك في تنبيه الجمهور الى الحذر من
استعمال او اني الرصاص لايعاء ماء الشرب او الطبخ

وكثيراً ما يفسد الماء بواسطة اختلاط المواد الآلية به كبقايا النبات والحيوان
والابنية الفطرية والحيوانات الصغيرة المكرسكوية . فاذا كانت المواد المذكورة
قليلة لم يحصل منها ضرر بل انقى المياه لا يخلو منها ولكن اذا تجاوزت هذا القدر
كانت سبباً للاسهال والحميات . وتتميز على الخصوص بهذه الصفة المياه الراكدة او
الجارية في تربة نباتية فانها كثيراً ما تحمل من عشر قمحات الى اربعين قمحة منها في
اربع ليترات ونصف وعند ذلك يكون لونها مائلاً الى الصفرة او السمرة تنبع الرائحة
او سريعة التنف فلا حاجة الى القول ان مثل هذا الماء لا يصلح للشرب على الاطلاق
وما يضر بالماء وصول اقدار الاسربة اليه كما يكون في بعض الانهر وكما يحدث
احياناً في استطارق مياه الاسربة الى قنوات ماء الشرب فتفسد فساداً عظيماً .
وقد ثبت بالارباب ان هذا الفساد سبب شائع لانتشار الاسهال والحمى التيفويدية
والكوليرا الى ان قال بعض المحققين ان الحمى المذكورة والكوليرا لا تنتشران غالباً
الا بواسطة افساد الماء من مبرزات المصابين . ومن المحقق عند هم بالاجماع انه حيث
يكون الماء نقياً خالياً من هذا الفساد والهواء جيداً لا تنبعث اليه الغازات السامة
من اقدار الناس وشدة ازدحامهم في المساكن لم يبق سبيل لانتشار هذه الامراض
وغيرها من الامراض المعدية الا على درجة خفيفة جداً . ولذلك نرى اهل البلاد
المتدنة يقابلونها لا بالمحجز على المرضى والكرتينات بل بتوجيه الاعضاء الى نقاوة
الماء والهواء . وقد شاع بينهم الاعتماد انهم متى بلغوا الغاية القصوى في ذلك
انقطعت جرثومة الامراض الوافدة التي يهلك كل سنة عدداً وافراً من الناس
وقسم العلامة باركس المياه المشروبة الى اربعة اقسام . الاول الماء النقي وصفته

ان يكون شفافاً خالياً من المواد الكدرة والرائحة والطعم وان يتضمن كمية كثيرة من الهواء وان لا يتجاوز مجموع ما فيه من الجوامد ثمان قححات لكل اربع لترات ونصف. الثاني الماء الجائز وضفته ان يكون شفافاً كثير الهواء خالياً من المواد الكدرة الا اذا امكن فصلها بالسهولة بواسطة التصفية بلا رائحة او طعم وان لا يتجاوز جوامده ثلاثين قححة لكل اربع لترات ونصف بحيث يكون اخضها كبريتات الصودا والكلس وكبريتات الصودا وكلوريد مع قليل من كبريتات الكلس او المغنيسيا. ولكن اذا كان اكثرها من كلوريد الصوديوم وكبريتاته فيظهر انه ولو بلغ خمسين قححة يكون الماء صحيحاً. الثالث الماء الملتبس هو ما كان كدرة ظاهراً ولو كانت تصفيته سهلة وكان جوامده يتجاوز ثلاثين قححة وكان اكثرها كبريتات الكلس والمغنيسيا او الاملاح النتريكية واملاح الكلور. الرابع الماء الدنس وهو ما كان كدرة لا يقبل التصفية بالسهولة او كان ذا طعم او رائحة وكانت جوامده اكثر من خمسين قححة

ولامتحان الماء ثلاث طرق وهي الامتحان الطبيعي والكيمائي والمكروسكريي. اما الاول فيوضع الماء في زجاجة طويلة مغطاة ويترك اربعاً وعشرين ساعة ليرسب. ثم ينظر اليه فاذا رسب شيء وكان الراسب مائلاً للصفرة او البياض كان مادة رملية او طينية. وان كان نباتياً فاللون غالباً قائم وان كان حيوانياً فيكون ذا رائحة. واذا شوهد على جوانب الزجاجة فقاقيع هوائية كان ذلك دليلاً على وجود الحامض الكربونيك وعلى كون الماء كثير الهواء. وان كان طعمه ردياً فهو حامل مواد آتية نباتية او حيوانية ويجب رفضه. وان كانت رائحته كريهة لم يُجز استعماله. وان كان لا يرغومع مع الصابون فهو ذو املاح ترائية تُعقد بالزيت وترسب وتمنع حدوث الرغوة ويقال له الماء الصلب خلافاً للين المنضّل عليه للشرب والطبخ. ومن الامتحان الطبيعي لمعرفة كمية الجوامد القاعدة التي وضعها العلامة كروان وهي ان يطرح من ثقل الماء النوعي ١٠٠٠ ثم يضرب الباقي بهذا العدد ٤ فيكون

الحاصل كمية الجوامد. فإذا كان الثقل النوعي للماء الذي يراد امتحانه ١٠١٥ يُسَقَط ١٠٠٠ ويضرب الباقي اي ١٥ بالعدد المذكور اي ١٤ فيكون الحاصل ٢١ وهو كمية الجوامد في كل ١٠٠٠ جزء. والافضل من ذلك ان يُسَخَّن الماء ويغمر الى ان ينشف ثم يوزن ما يبقى من الجوامد غير ان هذه الطريقة صعبة تحتاج الى آلات متقنة

الامتحان الكيماوي يتم بواسطة التحليل والكشف ولا محل لذكرها هنا الا على سبيل الاشارة فقط. يكشف الحامض الكبريتيك باضافة محلول كلوريد الباريوم فيرسب راسب ابيض ثقيل هو كبريتات الباريوم. والحامض الهيدروكلوريك باضافة محلول نترات الفضة فترسب ندف من كلوريد الفضة تذوب في سائل الامونيا. والهيدروجين المبكتر باضافة محلول خلات الرصاص فيرسب راسب اسمر هو كبريتور الرصاص واذا كان رصاص في الماء وأجري فيه سيل من الغاز المذكور كان الراسب كما سبق. والكلس يرسب مع اكسالات الامونيا راسباً ابيض هو اكسالات الكلس. والمغنيسيا باضافة سائل الامونيا فترسب ندف خفيفة. والحديد باضافة صبغة العفص فيرسب راسب اسود هو عفصات الحديد واذا كان المضاف فرّوسيانيد البوتاسيوم كان الراسب ازرق قائماً هو فرّوسيانيد الحديد وقد يُنَمَحَّن وجود المواد الآلية على الجملة في الماء بواسطة اضافة محلول منغنيات البوتاسا الذي يكسب الماء المستقر لوناً احمر زاهياً وهذا اللون يزول اذا دخل الماء مادة آلية. وكيفية العمل في ذلك بسيطة جداً وهي ان يضاف نقطة من محلول اعلى منغنيات البوتاسا المركز الى عشرة اواق ماء مستقر فيصير لونه وردياً جميلاً ويدوم هذا اللون زماناً طويلاً ولكن اذا كان الماء ماء الشرب الاعتيادي يتغير تركيب المنغنيات بواسطة المادة الآلية ويزول اللون المذكور في الحال بعد ظهوره. ولذلك كلما كثرت المادة الآلية في الماء وجب زيادة من المحلول لاجل تلوينه لوناً ثابتاً. قال الدكتور هموند حضرت محلولاً مركزاً من اعلى

منغناات البوناسا واضفت منه نقطة الى عشر اواق ماءً مستقطر فصار اللون وردباً ثم وضعت قصلة من الحشيش فزال اللون حالاً. وفي تجربة اخرى نقطتان من منقوع الفش اليابس ازالتا اللون. ووجب اربع نقط من المحلول المركز لتلوين عشر اواق من الماء الذي يشرب في مدينة وشنطون وثمان عشرة لتلوين ماءً مستنقع بقرب المدينة وسبع وعشرين لتلوين ماء التربة التي تحرقها. انتهى

وفي الامتحان المكرسكوبي بوضع الماء في زجاجة طويلة نظيفة مغطاة ثم يؤخذ من الراسب في القاع نقطة وتوضع تحت المكرسكوب ويجوز اخذها في الحال اذا كانت الابنية الحية في الماء كثيرة. وقد تشاهد الحيوانات الكبيرة منها بالعين المجردة اذا احييت الزجاجة بين العين ونور ساطع. اخص ما يرى في الماء بالمكرسكوب رمل وطين وطباشير والياف خشبية وقطع اوراق نباتية ونبات فطري وبقايا حيوانية وحيوانات مكرسكوبية من انواع كثيرة وديدان صغيرة. والقاعدة في كل ذلك ان عدد هذه الاشياء يزداد كلما كان الماء اقرب الى الفساد والنتن

تطهير المياه

الوسائط التي تطهر بها المياه الفاسدة بحيث انها تصبح صالحة لاستعمال البشر اما ميكانيكية او كيمياوية. فتنتم الاولى بالترشيح او الترويق والزل او خض الماء مع الهواء الجوي او الاستقطار. والثانية باضافة مواد كيمياوية

اما الترشح فطريقة سهلة معتبرة لفصل الماء عن اكاداره الترابية ويتم ذلك بتسليك الماء من طبقة رمل تحتمها طبقة اخرى من الحصى الصغيرة فيهبط الماء منها صافياً مما يجمله من المواد الترابية والآلية وهي الطريقة المستعملة لترشيح ماء نهر الكلب الذي يوتى به الى بيروت. ولكن اذا كانت المواد الآلية محمولة لا محمولة فيه فلا تكون هذه الطريقة وحدها كافية للتطهير. وقد اخترعوا في اوربا انواعاً مختلفة من الزير المركب من الرمل والفحم لترشيح الماء اصطالحوا في مصر على آنية من الفخار

يرشح الماء من أسفلها وجوانبها رائقاً نقياً. وإما الأنهر التي يُجَلِّ ماؤها إلى المدن وتُفَرَّق في البيوت فتُرشَّح أولاً في أماكن كبيرة على ما سبق ثم تُدْفَع في قنوات من حديد بواسطة الآلة البخارية إلى باطن المدن

والترويق عبارة عن وضع الماء في وعاء وتركه بضع ساعات إلى أن ترسب أكراره ثم يُرْفَع الصافي منه بواسطة المص أو بالزلّ. وهو مفيد متى كان الماء حاملاً دقائق ثقيلة ولكن إذا كانت المواد المحمولة ثقلاً النوعي كثقل الماء فلا ترسب ولذلك يجب العمل

وخصّ الماء مع الهواء يقوم بسكب الماء على غربال أو صفيحة من الخشب أو التنك مثقوبة ثقوباً كثيرة بحيث أنه ينزل منها متفرقاً معرضاً لفعل الهواء فيه ويعاد العمل إلى أن تتأكسد المواد الفاسدة وينقى الماء. وكثيراً ما يعول الملاحون على هذه الطريقة إذا طالت أسفارهم وانتن الماء عندهم فإنه يصطليح بها اصطلاحاً ظاهراً

والاستقطار يتم كالعادة بغلي الماء في أنبيق أو وعاء مغلق واستقبال بخاره بواسطة أنبوب في وعاء آخر. وقد يُستغنى عن ذلك بالغلي فقط غير أنه في كلا الحالين يُطرَد الهواء من الماء فلا بدّ من استعاضته بعد التقطير بالخصّ على ما سبق. ولا يخفى ما في غلي الماء من إهلاك الحيوانات الميكروسكوبية وجراثيم المواد النباتية الفطرية

وأما تطهير الماء بالوسائل الكيماوية فيتم بإضافة عوامل كيماوية تعمل في أكراره وتنقيها منها. وهي أولاً أملاح الأليومينا ولا سيما كبريتات الأليومينا والبوتاسا وهو الشبّ الأبيض فإنها تنقي الماء من كربونات الكلس وترسب المواد المحمولة فيه سواء كانت آتية أو معدنية. ثانياً إضافة ماء الكلس الذي يتحد بالحمض الكربونيك ويرسب كربونات الكلس القديم والحديث ويرسب أيضاً المواد الآتية المحمولة أو المحمولة في الماء. ثالثاً إذا أضيف كربونات الصودا إلى ماء غالٍ

رسب الكلس وربما قليل من الرصاص اذا وُجد. رابعاً اضافة اعلی منغنيات البوتاسا
 للماء الفاسد من وجود مواد آتية فهو فعال في ازالة كراهة الرائحة والتنت. غير انه
 لا يكفي في المياه التي فسادها كثير بل يُعَقَّب بالتطهير بواسطة الشب الايض كما سبق.
 واما الكمية التي تضاف منه ففي الغالب نحو نصف درهم من المحلول المركز لالف
 درهم من الماء الذي يراد تطهيره. خامساً وضع قطع فحم في الماء. سادساً غلي
 الماء ولا سيما مع بعض النباتات كالشاي والقهوة وهي طريقة سهلة المأخذ مدة السفر
 خلاصة الامر ان الماء يُطَهَّر من المواد الآتية بالغلي والحضّ والفحم والشب
 الايض واعلى منغنيات البوتاسا. ومن كربونات الكلس بالغلي واطافة الكلس
 الكاوي. ومن كلوريد الصوديوم اي الملح الاعتيادي بالترشيح. ومن الحديد بالغلي
 وماء الكلس والفحم. وقد تقدّم الكلام على استعمالها على ان كيفية التصرف بها على
 التفصيل من واجبات اطباء الصحة لا من متعلقات العامة

المياه المعدنية

يراد بالمياه المعدنية المياه التي تحمل في سيرها تحت سطح الارض املاحاً
 وغازات مفيدة في بعض الامراض. وقلاً تخلو بلاد من بعض انواعها غير ان
 المشهور منها الذي ثبتت فائدته بالتجربة قليل. وهي اما حارة خارجة من اماكن
 شديدة الغور او باردة سطحية المنشأ بالنسبة الى الحارة. ونقسم الى مياه ملحية مسهلة
 كيماء كرسباد وكسجن وويسبادن وسيدلتز وغيرها وهي مفيدة في بعض امراض
 الكبد والمعدة والامعاء. وقلوية كيماء فيشي وامس وبولنا وغيرها وهي مفيدة في النقرس
 وامراض المفاصل والرمل البولي وبعض امراض المعدة. وحديدية كيماء سبا
 وبيرمونت وسلتزر واي لاشايل وفائدتها في الامراض الضعفية التي تحتاج الى
 التقوية بالحديد. وكبريتية كيماء طبرية وهي مفيدة في امراض الجلد والمفاصل.
 ويودية وهي مفيدة في المزاج الختري والداء الزهري

ولاريب في ان بعض الفائدة التي تحصل للذين يزورون هذه المياه ناشئة عن جودة الهواء وتغيير المناظر والاستحمام والرياضة والابتعاد عن همّ الاشغال وعن الاسباب المضعفة. وذلك يتقاطر اليها كثير من الناس ولا سيما في فصل الصيف وينالون منها منفعة ظاهرة فجعلوا لبعضها شهرة شائعة في كل العالم المتمدن. ومن المحقق ان في سوريا وبلاد المشرق مياها معدنية كيماء طبرية والحمة بقرب الاردن المشهورة منذ زمن قديم ويشاهد غيرها في اماكن مختلفة كماء المريسة في بيروت ومياه حارة بقرب حلب ومياه حلوان في مصر. غير انها لم يُعرف تركيبها الكيماوي كما ينبغي ولم يُبين في جوارها مساكن موافقة للذين يطلبون العافية عندها فاكثرها مهمل لا يقصدها الا القليل. ولا يستبعد انه مع اصطلاح الاحوال في المستقبل يُنظر الى هذا الامر ويوفر على المنتهكين بالامراض المزمنة مشقة الاسفار البعيدة ومصاريفها عند امكان الوصول الى الفائدة على مسافة قريبة منهم

مياه الغسل والاستحمام

ينبغي ان يكون الماء الذي يُستعمل للغسل ليّنا يرغومع الصابون بسهولة خلافاً للماء الصلب الخالي من الصفة المذكورة لما فيه من املاح الكلس والمغنيسيا. وبناء على ذلك اذا اضيف الصابون الى المياه الصلبة لا يحدث رغوة ولا يذوب ولكنه يتحد بالاملاح السابقة ويرسب معها على هيئة قشور ثم اذا اضيفت كمية اخرى منه فصلت هذه المواد المانعة لليونة الماء وامكن بعد ذلك استعماله للغسل والتنظيف الصابون كاشف معتبر لصلاحية الماء للشرب تُعرف بوليونة الماء في الاحمال فاذا كان صلباً لا يرغومع الصابون لم يكن جيداً للشرب واما المياه التي تُستعمل للاستحمام فلا تختلف عن ماء الشرب الجيد الا اذا قُصد بها امر طبي كماء البحر والمياه الكبريتية. وسياتي الكلام على كل ذلك في فصل الاستحمام

طلب المياه

يختلف عمق البئر التي تُحفر لاجل استخراج الماء بحسب نوع التربة التي منها ما هو صعب النفوذ ومنها ما هو هين وبحسب عمق الصخر الصلب او الطين الذي يحمل الماء. فان كانت الارض سهلاً يُطلب الحبل المنخفض منها وان كان قسماً منها مغطى بالخضرة كان الاغلب ان الماء قريب من سطحه. ويوجد الماء غالباً بقرب البحر ويكون عذبا اذا كانت كمية الماء المحلول المنحدرة من الاعالي كبيرة وكثيراً ما يكون ملحاً فيجب حينئذ ان تحفر الآبار على مسافات مختلفة البعد عن البحر الى ان يظهر الماء العذب

واما بين التلال فيُطلب الماء المخزون فيها عند قاعدتها لا على ظهورها وعلى الخصوص عند اشارات المجرى المائي. وبين الاودية اذا انصل واديان طويلان ولا سيما اذا كان فيهما اختناق فالغالب وجود الماء تحت الارض عند ملتقاهما. ويجب ان يُفضل مخرج الوادي الطويل وعلى الخصوص ملتقى مجريين شتوبين. واذا كان الوادي طويلاً وفيه اختناق اي مكان ضيق فيجب ان يطلب الماء على جانبه المحاذي للجبل عند الاختناق. وفي الحفر لاجل الماء على جانب وادٍ يخترق دائماً الجانب الذي ترتفع عنده اعالى التلال. غير انه قبل الحفر يجب ان يُنظر الى عموم الارض المجاورة ويرى اذا امكن اتجاه الطبقات الصخرية نحو الاسفل فيُستدل من ذلك المكان الذي يوجد فيه الماء

اذا بلغ الحفر ارضاً رطبة فقط قد يخرج منها ماء كثير اذا وُضع انايب مثقوبة بثقوب كثيرة وضعاً افقياً موازياً لاتجاه النهر واسفل مساحته في ايام الصحو في خنادق عمقها على الاقل نحو ستة اقدام ومغطاة بحصى صغيرة. وشاهد فائدة عظيمة في حرب الانكليز مع الحبش من الانبواب الامركاني وهو عبارة عن انبوب حديد

صغير يُغرَز في الارض طولاً فيمُرُّ الماء من ثقب صغير في القسم السفلي من الأنبوب ثم يرفع من الحفرة الى السطح بواسطة طلمبا بسيطة اذا كان العمق لا يتجاوز ٢٤ او ٢٦ قدماً ومزدوجة اذا كان اكثر من ذلك

اضرار الماء بالصحة

نتع هذه الاضرار اما لعدم كفاية المطلوب من الماء ولفساده . فان كان غير كافٍ أدى الى انواع كثيرة من الوسخ كعدم غسل الجسد والاثواب والمسكن والازقة وسد الاسربة . فيفسد الهواء ويكثر المرض بين الناس . وقال العلامة باركس قد تبين لي ان انقطاع الحى التيفوسية الرقشاء التي كادت تنقطع بين الاقوام المتقدمة عائد على جانب عظيم ليس لسبب نقاوة الهواء في المدن والبيوت فقط بل لكثرة غسل الاثواب وانثائه . واما فساد الماء فقد تقدم الكلام على المواد التي توجبهُ وسنذكر الامراض التي تنشأ منه

كثيراً ما يحدث عسر الهضم الذي يصحبه نقص في شهوة الطعام وعدم راحة او وجع بعد مناولة وغثيان خفيف وقبض الامعاء من شرب المياه الحاملة كمية كبيرة من املاح الكلس والمغنيسيا . واما الاسهال فمن المحقق انه يحدث من المواد الآلية ولا سيما اذا خالطت الماء السوائل المندفعة من الامعاء ومن الغازات المننتة وبعض الاملاح الترابية والمعدنية . وكذلك قد ثبت من المشاهدة المتكررة ان الماء الفاسد من الاسباب الفعالة للدوسنتاريا فقد شوهد مراراً في زمن الحروب ان الماء اذا جرى في مقابر الموتى وشربه العسكر انتشر بينهم هذا المرض ولا ينفطع الا عند انقطاعهم عن ذلك الماء

ومن هذه الامراض الحميات الملارية المعروفة بالدورية . وهي مشاهدة قديمة من زمن ابقراط الذي قال الطحال يتضخم في الذين يشربون المياه السيئة وقال الرازي هذه المياه سبب للحميات . وقال الاطباء المتأخرون ليس الهواء الملاري

السبب الوحيد لهذه الحميات بل يضاف اليه شرب ماء الاجنة بدليل التجارب المتكررة انه اذا حضر السكان آباً وانقطعوا عن شرب ذلك الماء نجوا من تلك الحميات ومن مذهب العامة في هذه البلاد ان سبب الحميات فساد الماء

ومنها الحى التيفويدية التي قد ثبت الآن بعد التحقيق الكافي انها كثيراً ما تنتشر بواسطة فساد الماء من المواد الآلية وعلى الخصوص اذا وصلت اليه المبرزات المعوية كما انها تنتشر بواسطة الهواء الفاسد غير انه لا يعلم ابي السببين هو الافعل والاعم. وقال باركس يعرف السبب من زمن الحضارة ابي المدة المتوسطة بين حدوث السبب وزمن ظهور المرض فان كانت من ٨ الى ١٤ يوماً كان السبب على الأرجح فساد الهواء وان كانت يومين او ثلاثة ففساد الماء. وقال بعض المحققين ان هذا النوع من الحى لا يحدث الا من فساد خاص في الماء وهو وصول مياه الاسربة او المبرزات المعوية اليه على ان هذه المسئلة لا تنزال تحت الخلاف

ومنها الكوليرا ابي الهواء الاصفر فقد تحقق بعد الاستقصاء الطويل في كل قارة اوروپا انه ما عدا انخفاض المواضع والابجرة المتصاعدة من اختار المواد الحيوانية والمواد الفريثة لفساد الماء دخل عظيم في تسبب المرض المذكور. وسندوا هذا القول بمشاهدات كثيرة في اماكن مختلفة لا يحل لذكرها في هذا المختصر فنكتفي بايراد خلاصة الامر على ما قررها العلامة باركس. وهي ان المبرزات من المصابين بالكوليرا تدخل ماء الشرب بواسطة التربة التي تلقى فيها سواء اختمرت اولاً بحسب مذهب بتكفر او لم تختمر ضرورة بحسب مذهب غيره او انها تنتشر في الهواء وهي تتلغ في كلا الحالين وتمتص الى الدم. ولا يعلم ابي الطرفين اعم وهل يوجد اختلاف بينهما في شدة اعراض المرض التابعة. ويقال ايضاً انه ما عدا الماء الذي يتضمن المبرزات الكوليرالية فاذا كان خالياً منها ولكنه مفسد بغيرها مما سبق ذكره في فساد الماء فانه يوجب استعداداً في الشخص لقبول المرض ولو لم يسببه راساً. وقال الدكتور بض ان سبب الكوليرا الوحيد هو السائل الارزى الذي يخرج من

المصاب بهذا المرض وان العلة تسري من هذا السبب على ثلاثة طرق وهي أولاً عدم نظافة ايدي الذين يخدمون المرضى فتنتقل العدوى اليهم اولغيرهم على هذا السبيل . ثانياً بواسطة التطاخ الاثواب والفراش من الماء الارزي المذكور . ثالثاً بواسطة التربة التي تندفع اليها السوائل المرضية اخيراً فاما انها تنجّر الى الهواء او انها تجد منفذاً الى ماء الشرب او انها تنتشر في الهواء الجوي على هيئة غبار غير منظور بعد جنافها على سطح الارض

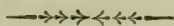
ومن الامرض الحادثة من الماء انواع من البثور وهو السبب المشهور لحبة حلب على ان البعض انكروا ذلك وقالوا ان سببها الحقيقي هو العدوى ومنها الحصى البولية التي ينسبها العامة الى صفة الماء وتابعهم في ذلك بعض اطباء الذين قالوا ان المياه الصلبة تسبب الحصى وان المياه اللينة تشفيها . غير ان البرهان على ذلك ليس قاطعاً . وقال العلامة كاسمي ان الغنم في الاراضي الكلسية كثير التعرض للحصى

ومنها المرض المعروف بالكواتر وهو عبارة عن تضخم عظيم في الجسم الدرقى ولكنه محصور في سويسرا وبعض اقسام اوربا وهو نادر جداً في هذه البلاد وما يدخل الجسد مع الماء اجنة اويوض ديدان مختلفة . منها لنوع من الدودة العريضة البيضاء الشبيهة بالدودة الوحيدة والديدان الخراطينية . وقد تحتمق الآن نوع جديد من الديدان يقال له البلهارصيا منشأه من الماء تظهر بيوضه واجنته في البول . والاعراض التي يحدنها حرقه في نهاية البول وخروج قليل من الدم وضعف عام في الجسد . والمشهور انه محصور في بلاد مصر وجنوب افريقيا وقد شاهدت عليلاً به حدث له المرض في يافا بلاريب فصار من المحقق ان هذا المرض موجود في تلك البلدة وان منشأه من بعض مياهها

وقد تقدم الكلام على الفساد الذي يعرض للماء اذا سار في انايب من رصاص . وقد يدخل الماء على طرق مختلفة معادن اخرى كالزئبق والزرنيخ

والنحاس والتوتيا . ومن المعلوم عند الجميع الضرر العظيم الذي يحدث للجبن والطعام احيانا من الاواني النحاسية غير المبيضة

وخلاصة ما ذكره باركس بهذا الشأن هي اولاً اذا وفد الاسهال بين جماعة كاد يكون سببه دائماً فساد الهواء او فساد الماء او فساد الطعام واكثره فساد الماء . ثانياً اذا انتشر الاسهال او الدوسنطاريا بين جماعة وكان وفده دورياً اية يظهر في زمن معلوم من كل سنة كان سببه الغالب فساد الماء . ثالثاً اذا ظهرت الحمى التيفويدة او الكوليرا فجأة في مكان محصور كان السبب بالتحقيق القريب فساد في الماء . رابعاً كذلك يقال في الحميات الملارية وعلى الخصوص اذا كانت خبيثة . خامساً دخول بيوض بعض الديدان الجسد بواسطة الماء محقق في بعض انواعها ومرجح في البعض الآخر . سادساً مع انه لا يمكن الى الآن تعيين ما لفساد الماء من الشركة في اسباب الامراض قد تحقق بل اريب ان لنفاوته عملاً عظيماً في صحة الجمهور وان كثرة الماء وجوده من الامور التي ضرورتها للصحة لا ريب فيها



الفصل السادس عشر

الطعام والشراب

ضرورة الطعام للحياة كضرورة الهواء الجوي لانه اذا انقطع الانسان عن الهواء
 بضع دقائق مات كما يموت اذا انقطع عن الطعام بضعة ايام. وهذه الضرورة مبنية
 على امرين الاول تجديد الانسجة التي يتالف منها الجسد والتي تدرثر على الدوام
 لسبب عمالها الحيوي والثاني القيام بالحرارة الحيوانية التي تُنفق على الدوام لاسباب
 التبريد بواسطة الاجسام المحيطة بالجسد. واما لذّة الطعام فامر اضافي وطلبها من
 متعلقات الحياة المترفة. ومن الامور المقررة انه اذا كانت غاية الطعام القيام بالحياة
 ندر حدوث المرض من هذا السبب ولكن اذا كانت غايته التمتع باللذة ادى الى
 النهم والشرهة وصار سبباً قريباً او بعيداً لامراض كثيرة نعجز عن ذكرها
 ولا يمكن فصل الشراب عن الطعام في هذا الباب لان كل ما يدخل الدم
 من الطعام انما يدخله سائلاً ولذلك لا يصح تقسيم المواد الغذائية الى جوامد
 وسوائل الا من حيث صفتها الطبيعية قبل تناولها ثم بعد ذلك يستوي النوعان في
 حالة السيولة والتغذية

يقسم الطعام الى قسمين عظيمين الاول ما كانت فائدته التغذية والثاني ما
 ينشأ منه توليد الحرارة. اما التغذية فعبارة عن تعويض مواد الجسد التي تدرثر من
 الاستعمال وليس في ذلك شيء خارج عن اعمال الطبيعة الاعتيادية. لانه كما يعمل
 الهواء والمطر والبرد والحرارة في الصخور الصلدة وينتفها ويجولها الى التراب الذي

يغطي وجه الارض وكما ينقص ثقل الآلات الميكانيكية وتنفى من الاحتكاك والعمل
فكذلك تدثر انسجة الجسد من عملها الدائم لان الحركة تنفي العضل والافراز الغدد
المفرزة والعقل جوهر الدماغ وهكذا في ما بقي. وفائدة الطعام الاصلية تعويض هذا
الانفاق الدائم لان المواد الغذائية التي تدخل الدم من الطعام وتسير معه في دورته
تناول منها العظم والعضل والعصب وبقية انسجة الجسد ما يحتاج اليه لاجل
التعويض المذكور. ويقال لهذا العمل الحيوي التمثيل اي تناول النسيج من الدم ما
هو مثل جوهره ليدخل في بنائه ويعتاض به عن الدقائق الهالكة منه. وهذا العمل
غير منقطع في جميع ادوار الحياة اي دور النمو ودور الوقوف ودور الانحطاط غير
انه في زمن النمو الى الكهولة يزيد الداخل على الخارج وفي زمن الشيخوخة يزيد
الخارج على الداخل وفي زمن الكهولة يستويان ولذلك يزيد الجرم مدة الطفولية
والشباب ويقتصر مدة الكهولة وينقص مدة الشيخوخة. واما الاعضاء العاملة في ابراز
الدقائق الدائرة فهي الرئتان اللتان تبرزان حواصل التحليل على هيئة ماء وحامض
كربونيك والكليتان اللتان تبرزان اليوريا وهو حاصل معظمه مكوّن من دشور
العضل واما لاحاً وماء والجلد الذي يبرز ماء وكمية صغيرة من مواد حيوانية والقسم
السفلي من المعال الذي له ابراز خاص به. ويقال احياناً لهذين العاملين المتقابلين اي
التغذية والابراز التركيب والتحليل ويقال للعمل الذي يعدّ الطعام لقضاء وظيفته
المعتبرة الهضم. واما وظيفة الطعام الاخرى وهي توليد الحرارة فسياتي الكلام عليها

الهضم

الهضم عمل يحدث في الطعام بحيث انه يصير صالحاً للدخول في الجرى
الدموي الدائر في جميع جهات الجسد واقسامه لاجل تغذيتها. وليس هو عملاً
واحداً بل هو مركب من اعمال متعددة تبدأ بمضغ الطعام وتجزئته دقائق صغيرة
ومزجه باللعاب المفرز من غدد الفم ثم الازدراء الذي يرسله الى المعدة ليتغير هناك

تغيراً كلياً ثم انتقل الى القسم الاول من المعال حيث ينال تغييراً آخر وينتهي العمل بنقله الى الدورة الدموية. والتفصيل في ذلك هو على ما يأتي :

المضغ يتم بواسطة الاسنان المنقسومة الى قواطع وهي المقدمة وطواحن وهي الخلفية المعروفة بالاضراس . فالاولى انما تقطع قسماً بعد قسم ما يوكل والثانية تسحق ما يدخل الفم من الطعام الصلب وتقسّمه الى اجزاء دقيقة . وبينما يتم ذلك يتمزج الطعام بالسوائل المفرزة في باطن الفم او من غدد موضوعة بجوارهِ ومستطرفة اليهِ بواسطة قنوات . ويقال لهذه السوائل اللعاب وفائدته تليين الطعام على ان لا يضرّ اعملاً هضمياً في المواد النشائية كالخبز والارز . والقاعدة الصحية في المضغ هي ان يتم بالتدريج لا بالجملة بحيث يحدث في الطعام ما يجب من التجزئة بواسطة الاسنان والتليين بواسطة اللعاب

بعد العمل الاستعدادي المذكور تبتلع كتلة الطعام وتصل الى المعدة حيث يتبدى الهضم الحقيقي . وكيفية ذلك انه عند وصول الطعام الى المعدة يفرز من جدارها الباطن سائل خاص يعرف بالعصارة المعدية فيفعل اولاً في ظاهر الكتلة ثم في باطنها فعلاً كيمياً . وبينما يقوم هذا العمل يندفع الطعام من يسار المعدة الى يمينها وبالعكس مراراً متوالية بواسطة انقباض طبقتها العضلية لكي يتمزج الطعام بعصارة المعدة امتزاجاً تاماً . وفي كل هذه المدة تكون فتحة المعدة المؤدية الى المعال التي يقال لها البواب مغلقة ثم كلما تم هضم شيء من الطعام انفتحت واجازت له العبور دون الذي لم يهضم . وعلى ذلك يمتزج الطعام في المعدة زمناً كافياً لهضم كل ما يمكن هضمه فيها . وتختلف هذه المدة بحسب صحة الشخص ونوع الطعام وعدم وجود الاسباب التي تعرض لوظيفة المعدة كالحركة العنيفة في المشي والركب واشغال العقل بالامور المكثرة او التي تستوجب حدة التفكير وتهدى الانفعالات النفسانية . ثم لا بد من التوقف عن الاكل حالما يشعر بان المعدة نالت الكفاية لانه اذا اكرهت على الزيادة تعسر عليها الهضم

بعد الهضم المذكور في المعدة يتحول الطعام الى جوهر لين واحد الجنس يقال له الكيموس ثم ينتقل الى الامعاء الدقيقة لينال هناك هضماً ثانياً . ويتم هذا الهضم الثاني بواسطة عمل مفرزات المعاء والغدة البنكرياسية والصفراء الآتية من الكبد فيتحول الكيموس الى جوهر جديد يقال له الكيلوس تنصه وتحمله اوعية دقيقة يقال لها الاوعية اللبنية لان الكيلوس يكون حينئذ بلون اللبن وقوامه ثم تذهب به الى قناة تصعد وتصب في وريد كبير بقرب القلب فيخلط بالدم ويصير حينئذ دماً بدور في الجسد ويقذ به . والتغير الذي يقع في الطعام من بداءة هضمه في المعدة الى وصوله الى الدورة الدموية بحيث انه يتحول اخيراً الى دم لتغذية الجسد من متعلقات علم الفيسيولوجيا لا يسع المقام ذكرها في هذا المختصر في علم الصحة . واما المواد التي لم يمكن هضمها من النبات واللحم والفشور والبرور وغير ذلك فتندفع الى المعاء الغليظ ومنه الى الخارج

انواع الطعام

انواع الطعام الطبيعية هي الطعام الحيواني الذي يشمل اللحوم والبيض واللبن والطعام النباتي الذي يشمل الخبز والنشاء والسكر والخضراوات والفواكه . ويضاف الى ذلك مواد معدنية كالماء والاملاح . ومن المشهور ان اهل البلاد الباردة يكثرون من اكل الطعام الحيواني خلافاً لاهل البلاد الحارة الذين اكثر طعامهم من النوع النباتي . ولا يخفى ما بين ذلك من الفرق في موافقة ماهية الاقليم وطلب الطبيعة ومن غلاء المعيشة في البلاد الباردة بالنسبة الى رخصتها في البلاد الحارة . وذهب قوم الى انه يجب على الانسان ان يقتصر على الطعام النباتي لسببين الاول انه لا يجوز له قتل الحيوانات ليقينات بلحومها والثاني ان الطعام النباتي هو الافق للصحة . وهذا القول ضعيف مردود من وجوه كثيرة وعلى الخصوص لانه مخالف لما اتفق عليه عامة الناس في جميع الاجيال والبلاد وما رآوه من نتائج الخبرة

الطويلة ولأنه مخالف أيضاً لما توصل اليه العلماء في البحث الدقيق في هذا الشأن على ان المبادئ التشريحية والفيسيولوجية التي أدت بهم الى ذلك من بناء الاسنان والاعضاء الهاضمة في الجنس البشري ما لا يدخل في هذا المختصر. غير اننا نقول في هذا المعرض انه يقتضي لجودة هضم الطعام الحيواني من الرياضة الجسدية النشيطة ما يتميز به اهل البلاد الباردة ولا سيما الشعب الانكليزي الذي يتميز أيضاً بكثرة استعمال اللحوم في طعامهم اليومي. ثم سواء كان الطعام حيوانياً او نباتياً لا بد من النظر الى هذه الامور الثلاثة وهي كونه مغذياً سهل الهضم طعمه موافق لمن ياكله ويقسم الطعام عند عامة الفيسيولوجيين وعلماء الصحة الى الانواع الآتي ذكرها وهي:

اولاً المواد التروجينية التي تتميز بوجود التروجين فيها كبياض البيض وعضل اللحم وجبن اللبن وكتوتن الحنطة وغيرها. وفائدتها الخصوصية تكون الانسجة على انها تعين ايضاً في القيام بحرارة الجسد

ثانياً المواد الدهنية التي معظم تركيبها من الكربون والهيدروجين ولذلك يقال لها احياناً الاطعمة الهيدروكربونية. وفائدتها الخصوصية توليد الحرارة على انها ضرورية في تكوين الانسجة ايضاً ولا سيما الانسجة الدهنية

ثالثاً المواد النشائية والسكرية الشبيهة التركيب بالمواد الدهنية والتي لا تختلف عنها الا من حيث اختلاف مقادير الكربون والهيدروجين والاكسجين. وفائدتها كفاائدة المواد الدهنية

رابعاً المواد غير الآلية كالماء والاملاح

خامساً المواد الاضافية للاطعمة كالمشروبات الروحية والقهوة والشاي والتوابل كالفلقل وغيره. وفائدتها اعانة الهضم وتنقيص سرعة دثور الانسجة وتكثير الحرارة الجسدية اما لسبب تاكسدها او اسبب عملها الخاص في المجموع العصبي هذه هي المواد الغذائية على الجملة التي يتناولها الانسان في الطعام وسنذكرها

الآن بالتفصيل وعلى الخصوص من حيث فائدها النسبية في التغذية. هذا وان كثيراً من الاطعمة يتضمن اكثر من نوع واحد من المواد المذكورة كالحبذ الذي يتضمن مادة نتروجينية ومادة نشائية ومواد غير آية وكذلك البيض واللبن على ما سيأتي

الاصول الغذائية

الاصول الغذائية هي التي يتم من تركيبها بعضها مع بعض ما يتناوله الانسان من الطعام. ويندر انما تصلح للتناول اذا كانت منفردة لانها تكون حينئذ غير مقبولة للطعم وغير مناسبة لعل العصارات الهاضمة فيها ولذلك نرى ان الطبيعة قد مزجتها بحيث انما نصير موافقة للطعم ولخدمة الحياة وان الانسان يركب منها اطعمة مختلفة مناسبة للغرض المطلوب منها. وسنذكر الآن ما هو خاص بكل من انواع الاصول الغذائية ليعرف من ذلك صفات الاطعمة التي تدخل الاصول المذكورة في تركيبها

١. الاصول الغذائية النتروجينية. تتميز هذه الاصول بوجود النتروجين فيها على انها تتضمن ايضاً كربون وهيدروجين واكسجين وكمية صغيرة من الكبريت والفوسفور. وهي على انواع لها اسماء مختلفة بحسب نوع الطعام الذي توجد فيه فا كان منها في البيض يقال له الالبومين وما كان في العضل السنتونين وفي خثارة اللبن الكاسين وفي الحنطة الكلوتين وفي الحمص والعدس والبقول وغيرها اللكومين. وقد ثبت من التجارب ان الحياة لا تدوم باستعمال نوع واحد فقط منها منفصل عن بقية الاجزاء المزوج بها في حال الطبيعة. من هذه التجارب ان الدكتور هومند اقتصر على الالبومين الماخوذ من دم الثور فبدأ يمرض في اليوم الرابع بعد ذلك وفي اليوم التاسع اشتد حاله فعاد الى الطعام الاعيادي. ولا بد ايضاً من اجتماع انواع مختلفة في الطعام الواجب للحياة كما يشاهد من تركيب اللبن الذي اعدته

الطبيعة لغذاء الطفل ونموه لانه مؤلف من الكاسين اي المادة الجينية النتروجينية التركيب والزبدة والسكر وهما من التراكيب الهيدروكربونية والاملاح والماء . وكذلك بياض البيض ومحة اللذان يتضمنان كل ما ذكر لاجل تغذية الصوص مع اكسجين الهواء الذي ينفذ من قشرة البيضة الى الباطن . وكذلك الحنطة التي تكون معظم طعام بعض الناس فان فيها الكلوتن والنشاء والاملاح

ونتميز الاصول النتروجينية عن الاصول الاخرى بانها سريعة الفساد والتفنن وذلك لان تراكيبها الكيماوية الطبيعية تتحول الى تراكيب جديدة رائجتها كريمة وعملها في الصحة سام . واما الكيفيات الموافقة لاحداث الفساد فيها فهي اولاً درجة من الحرارة بين ٢٢° ف و ١٠° فاذا كانت دون ذلك او فوقه امتنع الفساد ولذلك اذا وضع اللحم في الجليد دام جيداً ويستعملون الآن هذه الطريقة في ارسال اللحوم الطرية من بلاد الى بلاد اخرى بعيدة كاميركا واوروبا بدون ان يصيبها ضرر . وكذلك قد يقطع اللحم على هيئة شريجات رقيقة تعلق في الشمس اياماً فتجف وتدوم بعد ذلك زمناً طويلاً خالية من الفساد . واما الخبز فيمتنع عنه بتجفيفه في فرن حار فاذا جف جيداً كاللحك اليابس والبقساط دام جيداً شهوراً كثيرة . ثانياً الرطوبة التي اذا ازيلت على ما سبق منعت الفساد . وما يزيلها الملح والتوابل فنرى اللحوم المملحة المجففة كالمجنبرون والقورما والبسطرما المهينة على هذه الكيفية توكل كل مدة الشتاء من غير ان يكون اصابتها عطب . ثالثاً يمتنع الفساد بواسطة حجز الهواء الجوي عما يراد حفظه . وقد اصطالحوا في هذه الازمنة الحديثة على وضع اللحم المطبوخ واللبن والفواكه وغيرها في علب تنك الى ان يحكم امتلائها ثم تغطى وتلمم بالقصدير بحيث لا يبق شيء من الهواء مع المادة التي في العلبة فتبقى جيدة طرية سنين كثيرة تستعمل عند الحاجة وكأنها تهيئت من يومها . ويقال على الجملة في الاصول النتروجينية انها سهلة الهضم والتمثيل اي دخولها في انسجة الجسد لانها شبيهة البناء بها فلا تحتاج الى تغيير عظيم قبل قضائها لهذه الوظيفة في التغذية

٢. الدهون وهي المركبات الهيدروكربونية. يشمل هذا القسم من الاطعمة الغذائية الدهن الاعيادي والشحم والزيوت على انواعها. وهي جميعها مركبة من حوامض دهنية وكليسرين غير انه يوجد فيها ايضاً حوامض طيارة ويظهر من تركيب الدهون الكيماوي ان لها عملاً عظيماً في توليد الحرارة الحيوانية ولهذا السبب يكثر اهل البلاد الباردة والمنطقة الشمالية من اكلها. وكيفية عملها من هذا القبيل ان الكربون والهيدروجين منها يتحدان بالاكسجين فيحدث من الاتحاد المذكور حامض كربونيك وماء وتولد الحرارة حينئذ فيكون هذا العمل شديداً المشابهة بما يحدث من اشعال الزيت في السراج من وجه الاتحاد الكيماوي وتوليد الحرارة ولا يختلف عنه الا من حيث عدم احداث النور. ومن فوائد الدهن في الجسد ايضاً انه موضوع على شكل طبقة سميكة او رقيقة تحت الجلد في الاجزاء التي تحتملها من الصدمات والضرر ولما كان موصلاردياً للحرارة حافظ على الحرارة الحيوانية الباطنة ومنع اسرافها. وهو مؤنة تُخزّن الى زمن الحاجة فاذا انقطع الانسان عن الطعام لسبب المرض او الضرورة اقتنات بما في جسده من الدهن وحل به الهزال

الدهون لا تذوب في الماء ولكنها تذوب في الاثير وقليلاً في الكحول. وهي تهمضم في المعاء الدقيق بواسطة عمل افراز البنكرياس الذي يحولها الى مستحلب بحيث انها تنجزاً الى دقائق صغيرة جداً يمكن امتصاصها بواسطة الاوعية اللبنية ونقلها الى الدورة الدموية

٣. الاصول النشائية والسكرية. تركيب هذه الاصول الغذائية من الكربون والهيدروجين والاكسجين ومعظم فائدها انها تناكسد وتحدث الحرارة الحيوانية وتحول بعضها الى الدهن الذي تقدم الكلام على فوائده آنفاً

اما النشاء فاكثرو وجوده في عالم النبات. وهو على هيئة مسحوق ابيض اذا فُحص بالمكروسكوب شوهد انه مؤلف من حبيبات يختلف شكلها بحسب اختلاف

نوع النشاء. ويُستحضر بسحق المادة التي يوجد فيها كالقمح مثلاً ثم بغسلها بالماء فيذوب فيه الكلوثن وغيره وأما النشاء الذي لا يذوب في الماء البارد فيرسب ويجمع. وسبب عدم ذوبانه ان حبيباته محاطة بغلاف غشائي لا يفعل فيه الماء البارد خلافاً للحار الذي يشق الغلاف فتخرج المادة النشائية من باطنه وتذوب في الماء كما يشاهد في طبخه وتحضيره للطعام. وعمل اللعاب فيه انه يشق أغلفته ويحوّله الى سكر وكذلك عمل المفرزات المعوية فيه فاذا لم يحدث فيه هذا التغيير لم يمكن امتصاصه ودخوله الدم. ويكشف النشاء بواسطة اللون الازرق او الارجواني الذي يظهر من اضافة البود والماء اليه

ومن انواع النشاء الاروروت الذي يُستحضر من جذر نبات ويباع على شكل مسحوق ابيض نقي اذا فرك بين الاصابع يُسمع له صوت فرقي. وهو مفيد جداً في طعام المرضى والاطفال خالٍ من الحرافة مقبلاً ولا سيما اذا غلي مع الحليب ويستعمل في الحميات والتهاب المعدة والأمعاء. وكيفية تحضيره ان يمزج منه ملعقة كبيرة مع فنجان ماء ثم يضاف اليه شيئاً فشيئاً نحو ١٥٠ درهم ماء غالي او حليب غالي مع تحريك المزيج الى ان يتم العمل ويكون الحاصل هلامي القوام ابيض ليناً ويضاف له اذا اريد سكر مدة تحضيره. ولسبب غلاء ثمنه كثيراً ما يُغش ولا سبيل الى معرفة ذلك الا بفحصه بالمكروسكوب ومشاهدة شكل الحبيبات الخاصة به

ومنها النابيوكا الذي يستحضر من جذور نوع آخر من النبات ويباع على شكل حبيبات بيضاء غير منتظمة الشكل جرمها من $\frac{1}{4}$ من الفيراط الى $\frac{1}{2}$. يذوب قليلاً في الماء ويُحضّر بتحريك ملعقة كبيرة منه في ١٥٠ درهم ماء سخن ثم يترك ليستنقع فيه نحو نصف ساعة ثم يغلي نحو ١٠ او ١٥ دقيقة. وقد يبدل الماء بالحليب وقد يضاف اليه من السكر او النبيذ او التوابل كالقرفة. واذا استحضر على الكيفية المذكورة كان اشد قواماً من مغلي الاروروت وربما كان طعمه اجود لبعض المرضى وهو يقوم مقامه في الفائدة. ويندر غشه فاذا مزج بشيء آخر عُرف ذلك

بالمكرسكوب

والساكو يستحضر من لب شجر من الفصيلة النخلية. وهو على شكل حبيبات مستطيلة طرفها الواحد مستدير والاخر مربع غالباً. لا يذوب في الماء البارد الا قليلاً جداً ولا يذوب في الماء الحار الا بعد الغلي الطويل. اذا طبخ جيداً كان طعاماً موافقاً جداً للمرضى وطريقة ذلك ان يُغلى منه ملعقة كبيرة في ١٥٠ درهم ماء او حليب نحو ١٥ او ٢٠ دقيقة ويُحرَّك كل هذه المدة لئلا يحترق ثم يُصفى لكي ينفصل عنه ما لم يذب ويضاف اليه من التوابل كجوز الطيب والسكر واللبذ على ما يشتهى ونشاء الذرة مغذٍ لطيف يُطبخ كالاروروت ويقوم مقامه. وهو كثير الوجود رخيص الثمن ولهذا السبب لا يُغش

ونشاء البطاطا اقل انواع النشاء جودةً وكثيراً ما تُغش به. ولا سبيل الى معرفة ذلك الا بالمكرسكوب الذي يميز اشكال حبيبات النشاء بعضها عن البعض الآخر

واما السكر فاحص انواعه سكر الفصب وسكر العنب. وهو لا يختلف في التركيب عن النشاء الا من حيث عدد مقادير الهيدروجين والاكسجين. (سيمة النشاء ك ١٢ ١٠٥ ١٠١ وسيمة السكر ك ١٢ ٥ ١٢ ١٢)

يستحضر سكر الفصب من النبات المعروف الذي ينمو في جميع البلاد الحارة ويستحضر ايضاً في فرنسا وجرمانيا من جذر الشمندور وفي اميركا من عصارة شجر عندهم. وكيفية ذلك انه يُعصر الفصب ويُغمر ماءً الى ان يتلور السكر ويكون لونه حينئذ اسمر ثم يكرَّر ويُتقى باضافة مواد مختلفة اليه الى ان يبيض. واما سكر العنب فلا يتلور وهو موجود في الفواكه وفي البول السكري وحلاوته اقل من نصف حلاوة السكر القصب

لا يستعمل السكر وحده طعاماً ولكنه يدخل في تركيب اطعمة كثيرة. وليس في استعماله شيء من الضرر بل هو مفيد ولا تختلف فائدته عن فائدة النشاء الذي

سبق القول انه لا بد من تحويله الى سكر قبل امتصاصه ودخوله الدم. ومن المشهور ان الزنج في اميركا الذين يزرعون قصبه يصونه متى نضج فيسمنون منه سمناً ظاهراً. غير انه في بعض امراض المعدة لا يجوز اكله لانه قد يختمر ويحول الى حامض كربونيك والكحول وقيل انه يحول في الامعاء الى حامض لبنيك ولا سيما في الاطفال من عمل المادة الجبنية التي يتضمنها الحليب ولذلك كان الاكثار منه فيهم مضرًا. واما قول العامة انه مضر للاسنان فغير صحيح. ومن فوائد السكر ما عدا حلاوته ولذة الطعم التي يكسبها لبعض المأكولات والمشروبات انه مضاد للفساد لانه اذا طبخ مع الفواكه دامت سنين كثيرة طيبة المأكول

ويُغش السكر احياناً بالنشاء والطباشير وكبريتات الكلس والرمل ولما كان جميعها لا يذوب في الماء امكن تمييزها في الحال بواسطة ذوبان السكر دونها ويمكن تمييزها ايضاً بواسطة المكرسكوب واذا غُشَّ سكر القصب بسكر العنب الذي حلاوته اقل جداً فيعرف ذلك بطريقة طرومروهي ان يُضاف الى محلول السكر بعض نقط من محلول كبريتات النحاس وكية من سيال البوناسا الكاوي ثم يغلى المجموع في انبوب الكشف فان صار لون المحلول اخضر زيتونياً كان السكر من النوع القصي وان صار برتقالياً كان من سكر العنب

٤. الاصول غير الآلية. من هذا القسم الاملاح المعدنية التي تدخل في تكوين الاطعمة الاعيادية والتي ضرورتها لقيام الحياة كضرورة الاصول الآلية لان العظام والعضل والاحشاء والجلد تتضمن هذه الاملاح فلا بد من تجددها. غير انه لا يمكن قيام الحياة بواسطتها فقط لانه شوهد ان في ايام القحط الشديد يأكل الناس بعض انواع التراب وهو لا يمنع الموت من الجوع. ومن العادات الرديئة ان بعض الاولاد والنساء يأكلون التراب وهو دليل على علة في الاحشاء الهضمية فيصفر لونهم وتضعف عضلاتهم وتجف جلودهم وتكبر بطونهم وتبلى عقولهم. فاذا اتفق قيام الحياة بشيء من ذلك كان السبب وجود مواد آلية ممتزجة بالتراب

الذي يوكل

الملح اخص المواد المعدنية التي توجد في الاطعمة في حالتها الطبيعية والانسان يطلبه بالسليقة ويضيفه الى اكثر المأكول. وفائدته ليس من حيث احتياج الانسجة اليه فقط بل لسبب انه المصدر الذي ينشأ منه الحامض الهيدروكلوريك ولا يخفى ان هذا الحامض قسم من عصارة المعدة وله دخل عظيم في الهضم. وقد ظهر من التجارب في الحيوانات والبشر ان الانقطاع عن الملح في غاية ما يكون من الضرر وربما أدى أخيراً الى الموت. ومن فوائد الملح انه مضاد للفساد وانه اذا اضيف الى اللحم منع فساده زمناً والظاهر ان السبب لذلك هو شراثة الملح للماء فاذا سلبه من اللحم ابطل شرطاً جوهرياً من شروط الفساد. قيل انه يسلب منها الالبومين ايضاً ولذلك كانت اللحوم الملحمة تمليحاً شديداً تحفظ زمناً طويلاً قليلة التغذية بالنسبة الى اللحوم الطرية وربما كان هذا هو سبب الاستقربوط والامراض الضعفية من الاقتصار على استعمالها

ومن الاملاح الضرورية للصحة فصصات الكلس وكربونات لانها يتكوّن منها معظم ثقل العظام وبعض اجزاء الانسجة. فاذا حُجِرَ عن الاولاد كانا من اسباب المرض المعروف بالكساح وهوليونة والنواء في العظام مصحوب بضعف عام وهزال وقصر وتشويه في القامة. وهذان اللحمان موجودان بكثرة في انواع الحبوب والخضراوات واللحوم غير انه في بعض ازمدة الحياة كزمن الحمل في النساء والتسنين في الاطفال ربما اقتضى الامر الى استعمال فصصات الكلس على سبيل الدواء

ومنها الحديد الموجود في بعض الانسجة ولا سيما في الدم بحيث انه اذا نقصت كميته كان سبباً للضعف وصفرة اللون وتزول هذه الاعراض عند دخوله الدم على سبيل الدواء. وهو موجود في اكثر انواع الاطعمة الحيوانية والنباتية

ومنها الكبريت والنفسفور فان الاول موجود في اكثر الانسجة ويبرز مع البول ولا سيما بعد المجهود العضلي. والثاني موجود في الدماغ والعظام ويبرز

بكثرة في البول اليومي. وقلما يخلو طعام منها

والماء اخص المواد التي يُبنى منها الجسد لان ثلثي ثقل الجسد ماء. وقد سبق الكلام على متعلقاته الصحية في فصل المياه وسنعود اليه مرة اخرى في القول على الشراب

٥. المواد الاضافية للطعام. يراد بهذه المواد جواهر معتبرة لامن حيث كونها غذائية ولكن من حيث اصلاحها للطعام او اعانتها للضم او توليد القوة العصبية والطبيعية. ومن انواعها التوابل والمشروبات الروحية والشاي والقهوة اما التوابل كالفلل والخردل والحوامض والخل فيصدق بها تطيب طعم المأكّل على ان لها فوائد صحية ظاهرة ايضاً. لانه من المحقق انها تزيد افراز اللعاب وعصارة المعدة بواسطة تنبيهها للعمل الغدي وعلى ذلك تزيد العمل الهضمي. غير ان الاكثار منها مضر لشدة التنبيه الذي تحدثه والضعف الذي يعقب التنبيه المذكور فلا بد اذا من تجنب الافراط في استعمالها وملازمة الاعتدال فيها فانه نافع خالٍ من الضرر. وكذلك يقال في اكل البصل والثوم والفجل

المشروبات الروحية. قد وقع جلال شديد في الازمنة الحديثة على كون هذه المشروبات مفيدة او مضرّة. فقال جماعة انه لا شيء فيها من القوة للجسد او من دفع المرض والفائدة فيه او من دفع مضار البرد والحرّ وأنه قد تحقق من التجارب ان الجيوش تحتل مشاق الحروب بدونها وان استعمالها يؤدي الى الجرائم. وأنه بناءً على ذلك يجب اجتنابها على الاطلاق الا في ما ندر من الاحوال المرضية. وخالفهم آخرون وقالوا ان جميع مضار المشروبات الروحية ناشئة من الافراط وأنه اذا استعملت بالاعتدال لا يشاهد لها ضرر بل فائدة في تحسين الصحة وزيادة القوة وتنبيه العقل وأنه لا بأس من تعودها على الكيفية المذكورة. وبني الفريقان قولها على قضايا فيسيولوجية ومشاهدات كثيرة في الصحة والمرض لا محل لذكرها هنا ولا سيما لانها أدت الى نتائج متضادة بين علماء من الرتبة الاولى. واذا

رفعنا المسئلة الى حكم عامة البشر حسب ما يمكن التوصل اليه من الاخبار الطويل
وجدنا اختلافاً بين حكم اهل البلاد الشمالية وحكم اهل البلاد الحارة فاننا كلما
قطعنا الخطوط الطويلة من الارض نحو الشمال رأينا عادة الشرب والسكر تشتد
بين الناس وكذلك المدافعة عنها وبالعكس اذا قطعناها من الشمال الى الجنوب
حتى اننا لانرى والحمد لله من هذه العادة الا القليل في البلاد المعتدلة والحارة ولا
نرى الدفاع عنها الا ضعيفاً محصوراً بين المولعين بالشرب

وربما كان الصواب بين القولين وهو ان ليس له فائدة في اصحاب الاجسام
الصحيحة وانه مفيد في بعض الامراض والضعف الذي يعقب الامراض المنهكة
وضعف الشيوخ وانه مضر في اوائل العمر قبل ظهور العجز وان الافراط منه مهلك
بلا خلاف وان الاعتدال منه في مدة الشباب غير لازم وكثيراً ما يؤدي الى قبائح
السكر والخراب الذي يجلبه لاحالة على الذين يقعون في عاداته وان الاسلم للانسان
اجتنابه الا اذا دعت اليه الضرورة واثاره الطيب. واما منافعه في الامراض
فمن الامور المقررة الثابتة عند اطباء الذين يعدونه من اجود المقويات والمنبهات
التي لا يقوم مقامها شيء في بعض العلل كالحميات الخبيثة الضعيفة

ومن الامور التي ينبغي لها التامل بهذا الشأن ان اكثر شعوب الارض قد
اصطلحوا على بعض المشروبات المسكرة فرأى البعض في ذلك دليلاً على طلب
الطبيعة لها وعلى عدم الضرر منها للصحة. ويرد على ذلك بان هذا الطلب اكتسابي
لا طبيعي اصلي لان الذي لا يغضب نفسه عليه في اول الامر قبل تربية العادة يأباه
ويكرهه ويؤذي منه. فغاية ما يقال في هذا الامر ان الانسان يطلب الطبع
المنبهات فلم يرض بالطبيعي السليم بل اركن الى القوي منها وافراط فيه الى ان شهد
المجموع بضرره وحرمة بعض الاديان. وقد ثبت ان المتركب عادة الشرب ينال
القصاص لاحالة ولو تأخر فان كان ذنبه يسيراً كان عتابه كذلك وان كان
كثيراً فشرور السكر نكتته بلا شفقة

انواع المشروبات الروحية كثيرة غير ان المادة الفاعلة فيها جميعها واحدة وهي الكحول ولا يختلف بعضها عن بعض الا من وجهين الاول الكمية النسبية التي تتضمنها من المادة المذكورة مع الماء والثاني بعض انواع الاثير المحلولة فيها التي تكسبها طعماً خاصاً وتكيف عملها في الشارب. وسنذكر الآن اخص هذه الانواع وهي البيرا والنخمر والارواح

اما البيرا فشراب الكحولي خفيف مصطنع من الشعير وغيره من الحبوب المخمرة مع اضافة نبات الدبنار اليها. وهي على انواع تختلف كمية الكحول فيها من ٤ الى ٨ في المئة. والمشهور انها تنبه شهوة الطعام وتقوي الهضم وتزيد من الذين يستعملونها بالاعتدال

والنخمر تختلف انواعها في الطعم والقوة. فالنخمر القوية كالشري والبورت والمديرا والمرسالا تتضمن من ١٥ الى ٢٥ في المئة من الكحول والخفيفة كالبردى الفرنساوي تتضمن من ٧ الى ١٥ في المئة. وفيها جميعها من الملح الطرطير وانواع من الاثير يتوقف طعم النخمر ورائحته عليها. واما خمور جبل لبنان فجميعها من النوع القوي وهي خالية من اشياء كثيرة مضافة الى خمور اوربا فهي نقية لانها تصطنع من عصير الكرم الصافي ولكنها قوية تسبب ثقلاً في الراس واحياناً صداعاً وسكراً. وذهب بعض العلماء الى ان استعمال النخمر بالاعتدال مع الطعام مفيد للصحة وباؤل الى طول العمر وقد تقدم القول في ما يخالف ذلك

والارواح كالعرق والكونياك والجن والهويسكي تستعطر من الزبيب والنخمر ومختمر الحبوب كالشعير وغيره. وهي جميعها قوية يتجاوز بعضها ٥٠ في المئة من الكحول فلا يجوز استعمالها الا عند ضرورة الاعياء والضعف والمرض. وكثيراً ما تؤدي الى امراض الكبد وعلى الخصوص في البلاد الحارة كصر والهند. ولا يصطنع منها في سورية الا العرق الذي يعرف الجميع شانه واضرارته. قيل انه يتضمن نحو ٢٢ في المئة من الكحول على انه يختلف القوة بحسب كيفية تحضيره

وقال العلامة باركس ان خلاصة ما نعلمه من الخبرة من حيث استعمال المشروبات الكحولية في ما يتعلق بالصحة ان البيرا والخمور الضعيفة اذا شربها الانسان بالاعتدال لا تسبب المرض او الميل اليه او القصر في الحياة بل ربما زادت شهوة الطعام وحسنت التغذية في بعض الناس . ولكننا نعلم من الخبرة ايضا ان الانسان قد يتمتع باجود الصحة ونشاط الجسد والعقل وطول العمر بدونها كما يشاهد في بعض الامم الشرقية الذين ليس الشرب من عوائدهم او هو محرم عليهم . واما المشروبات الروحية فقد ثبت من الخبرة انها مضره غالباً ولو افادت في شذوذ الاحوال وبعض الامراض . وقال ومن الحق ايضا ان هذه المشروبات لا تمنع مضار شديده البرد والحرق والمشاق التي تتعرض لها الجيوش في الحروب واسباب الامراض كالمalaria والهواء الاصفر ولا تأول الى دقة نظام العساكر ونشاطهم وثباتهم

القهوة والشاي والشكولاتا . المادة الفاعلة في هذه الانواع الثلاثة واحدة ولو اختلفت في الاسم (كافين وثاين وثيورومين) على ان لكل من هذه المشروبات صفات خاصة بها

اما القهوة فمشروب معروف يستحضر من البن . فائده عظيمة في تنبيه المجموع العصبي فاذا اكثر منه سبب الرعشة . وهو يزيد قوة النبض وسرعته ويزيل حاسة التعب من الرياضة ويفيد سوية في البرد والحرق . وقد اطلب الجميع في مدحه في تنبيه القوة العاقلة وازالة التعب بعد الجهود العقلي والعقلي بحيث ان الانسان يستطيع ان يجهد عقله بعد تناوله على درجة لا يستطيعها بدونه . وندحوه جداً في الصباح للعساكر ومدة انعاب السفر وقال هموند كثيراً ما راقبت العساكر يدخلون خيامهم بعد التعب الشديد وعلامات الكدر على وجوههم ثم اذا تناولوا القهوة زال كل ذلك وعادوا الى صفاهم الاعيادي . غير انه من المعلوم ان الاكثار منه يسبب الارق في الليل وربما زاد كمية البول . كثيراً ما يغش البن المسحوق في

اوروبا بمواد اخرى وعلى الخصوص بالشكوري ويعرف ذلك بالسكر سكوب والشاي ورق نبات بزرع في الصين ويخفف وينقع في الماء الغالي فيصير منه مشروب مفيد . المادة الفاعلة فيه الثاين المركبة مع الحامض الثييك وهي تختلف في الكمية بحسب نوع الشاي . واما عملها في الجسد فقلما يختلف عن عمل القهوة على ماسبق . وكثيراً ما يغش ورقه بورق نباتات مختلفة فيتميز عنها بتسنن حافته وسير اوردته بعد نفعه بالماء وبسطه على زجاجة ليخلص بالسكر سكوب . وهو نوعان اخضر واسود الاخضر منها اقوى من الاسود . من شروط اتقان عمل الشاي ان يكون جنسه جيداً والماء غالياً خالياً من الكلس والحديد ما امكن

والشكولاتا ويقال لها الكوكوا ايضاً مستحضر من ثمر شجر بهذا الاسم على هيئة اقراص توكل او تحل في الماء الحار . ومادتها الفاعلة يقال لها ثيورومين ولا تختلف عن المادة الفاعلة في القهوة والشاي . غير انه لما كانت الشكولاتا تتضمن مواد دهنية والبومنية زيادة على الثيورومين فهي غذاء معتبر مفيد في الضعف وعند التعب وقال بعضهم ان المادة الغذائية فيها تعادل ما في اللبن . ولذلك يستعملها السياح ويقتانون بها اياماً اذا انتطعوا عن الاراضي المسكونة . ويستحضر منها اكسير مفيد في الامراض المنهكة بصفة الاطباء

التبغ . ليس التبغ من انواع الطعام او الشراب ولكنه من ملحقاتها فيجوز ذكره في هذا المحل . التبغ ورق نبات معروف يخفف ويستعمل تدخيناً وسعوطاً ومضغاً . واختلف القوم على جواز استعماله وفائده فقال بعضهم هي عادة ردية قدرة ليس فيها شيء من النفع فيجب اجتنابها والاقلاع عنها وقال آخرون ان في استعمالها بالاعتدال لذة وفائدة بلا ضرر فلا يصح تحريمها . وقد ظهر من الخبرة وبمط الحنقين ان التبغ مسكن للبال منه للعقل معين على التأمل ويسلي الانسان عن هموم الحياة وانشغال الخاطر ولذلك نرى هذه العادة غالبية تقرب ان تكون عامة بين جميع الامم والقبائل غير ان الجميع قد اتفقوا بلا خلاف ان الافراط فيه من الامور التي

لاريب في ضررها وان مضغته مؤذنة كثيراً ما يؤدي الى الرعشة وضعف البصر وسوء الهضم. ويشترط في استعماله ما عدا الاعتدال التام ان يتجنب عند فراغ المعدة من الطعام لانه يكون عمله حينئذ قوياً في المجموع العصبي وينزع شهوة الطعام ويتعرض لوظيفة الهضم خلافاً للتدخين بعد الطعام فانه يزيد افراز اللعاب وما يزيد هذا الافراز يزيد افراز عصارة المعدة فيأول ذلك الى جودة الهضم. قد رأيت من المشاهدة الطويلة ان القليل من الناس لا يباليون في التدخين ولا سيما مدة اوائل الشباب فلا يضر ضرراً ظاهراً الا بعضهم على انه من الحق ان الاذى لا يظهر احياناً الا بعد سنين كثيرة وعلى الخصوص عند بلوغ الشيوخ فترى الانسان يهرم قبل زمنه العادي ومن اسباب ذلك الافراط من هذا القليل. ولا ارى ريباً في صحة القول ان من يريد شيخوخة خالية من مشاق الهرم العاجل يجب عليه اعتدال العيشة في كل الامور

الاطعمة الحيوانية المركبة

الطعام الحيواني مؤلف من مادة نتروجينية مركبة مع املاح ودهن ولذلك يكون حاوياً جميع الاصول الجوهرية لتكوين الانسجة والقيام بالحرارة الحيوانية وموافقاً لحياة الانسان وصحته في كل مكان. وقد تقدم القول ان معظم ما يتناث به اهل البلاد الباردة من هذا النوع واما في البلاد المجاورة للقطين فلا ياكلون طعاماً نباتياً على الاطلاق بل يعيشون على اللحوم والدهون فقط. ولما كان الحليب هو الطعام الاول الذي يقتات به صغار البشر والحيوانات ذوات الثدي وجب تقديمه على بقية الاطعمة الحيوانية

الحليب

الحليب مركب من الماء ومواد نتروجينية ودهنية وسكرية واملاح وهي كل ما

يحتاج اليه الجسد من الاصول الغذائية ولذلك نرى ان الطبيعة جعلته طعام
الطفل وصغار الحيوانات الثديية فتمنوا الى الزمن الذي تستطيع ان تتناول فيه الاطعمة
الاعتيادية. غير انه اذا بلغ الانسان اشدّه من البناء لم يكن له كفاية من الغذاء في
اللبن لامن حيث الصلاحية بل من حيث الكمية وكثيراً ايضاً ما لا تهمضم معدة البالغ
اللبن كما تهمضم معدة الطفل على ان بعض القبائل البادية معظم معيشتهم منه
اذا ترك اللبن ساكناً بضع ساعات طفت على سطحه طبقة من السمن اذا
امتنعت بالمكر سكر شوهدها مولفة من كريات دهنية تجتمع في الزبدة التي تخرج
من الحليب عند خضّه. واذا ترك يسكن مدة اطول من ذلك انفصل الى قسمين
احدهما مصل والاخر مادة جامدة تروجينية هي المادة التي يعمل منها الجبن. واما
المصل فيتضمن السكر ومعظم الاملاح. وتختلف الكمية النسبية بهذه المواد بحسب
نوع الحيوان. وهاك جدول ما يتضمنه لبن البقر:

٧٧٧	٢٦	—	—	—	ماء
٧٨	٥٩	—	—	—	مادة جبينية
٧٢	٨٠	—	—	—	زبدة
٤٩	٦٢	—	—	—	سكر
١٠	٧٢	—	—	—	املاح
<hr/>					
٩٩	٠٠٠				

واما لبن البشر فيتضمن اقل ما سبق من الزبدة والسكر والجبن كما يظهر من

الجدول التالي:

٨٨٧	٢٠	—	—	—	ماء
٢٨	٢٧	—	—	—	مادة جبينية
٢٨	٦٧	—	—	—	زبدة
٤٤	٢٠	—	—	—	سكر

املاح - - - ١٠٥٦

١٠٠٠٠٠

ثقل لبن البقر النوعي يختلف بين ٠.٣٠ و ٠.٣٢ او كثيراً ما يُغش بالماء فيخف ثقله النوعي ويُعلم ذلك بالميزان المائي الذي هو انبوب في احد طرفيه انتفاخ موضوع فيه شيء من الزئبق وعلى الانبوب اعداد فاذا وُضع في الماء المستقطر كانت مساحة الماء على مساواة الصفر واذا وُضع في سائل مختلفة الثقل النوعي دلت عليه الاعداد المذكورة. وقد يُغش بالماء ولكي لا يظهر الغش باختلاف الثقل النوعي يضيفون ما يخفي ذلك من الملح او النشاء او الطباشير. واذا غُش بالماء فقط كالمعهود في هذه البلاد فيستدل على الكمية المضافة من الجدول التالي:

الثقل النوعي

٩	لبن مع	١	ماء	-	-	١٠٢٧
٨٤	"	"	"	-	-	١٠٢٥
٨	"	"	٢	-	-	١٠٢٤
٧	"	"	٣	-	-	١٠٢١
٦	"	"	٤	-	-	١٠١٨
٥	"	"	٥	-	-	١٠١٥

اذا كان اللبن ردياً عليه طبقة زرقاء او مستخرجاً من حيوان مريض احدث تهيجاً معدياً او اسهالاً او قلاعاً في الاطفال
واما الحبن فكثير المادة الغذائية في جرم صغير طيب الطعم سهل الهضم اذا كان حديثاً تُعرف جودته من طعمه

البيض

البيض مركب من ثلاثة انواع من الاصول الغذائية وهي مادة نتروجينية

البومن (وهو الزلال الأبيض) ودهن وإملاح (الح). وهو على غاية ما يكون من الجودة في التغذية وتوليد الحرارة ولا سيما لأن هذه الأصول مضمنة في جرم صغير فيكون ذلك موافقاً للضعفاء الذين لا يستطيعون أن يأكلوا كمية كبيرة من الطعام. وهو غالباً سهل الهضم إذا لم يجهد بالكلية بل كان مسلوفاً نصف سلق وهو المعروف عند العامة بالبيض البرشت. إذا مزج الح النيء بالحليب والسكر والكنياك صار طعاماً مغذياً منها في الحميات الضعفية والنفاهة البطيئة. آفة البيض قدم عهده ويعرف ذلك من حالته بين العين والنور فإن كان شفافاً في المركز كان حديثاً وإن كان كذلك عند الطرف كان قديماً. ويعرف أيضاً من تذويب ثمانية دراهم ملح في ثمانين درهماً في الماء فإن كان البيض حديثاً غطس فيه وإن كان قديماً طاف على وجهه وإن كان ردياً طاف على الماء الصرف

اللحوم

فائدة اللحوم في الطعام أنها تتضمن كمية كبيرة من المادة النروجينية مركبة مع دهن وإملاح وأنها سهلة الطبخ والهضم. والظاهر أن الطبيعة تمثلها لنفسها وتغذي بها بنوع أسهل مما تغذي من الأطعمة النباتية ومن المحقق أن تجديد الأنسجة في الحيوانات التي تأكل اللحوم أسرع جداً مما يكون في التي تأكل النبات. غير أنه لا يعلم هل في أكل اللحوم بكثرة زيادة لقوة الجسد والعقل وفضل على بقية الأطعمة النروجينية. والنقص الوحيد في اللحم عدم وجود النشاء فيه. أنواع الحيوانات التي تؤكل لحومها هي ذوات الثدي والطيور والأسماك والزحافة والمفصليات والصدفية ذوات الثدي. لحم الغنم والبقر سهل الهضم ولا سيما إذا كان الحيوان حديث السن إلا العجل الذي لحمه بطيء الهضم وأما الماعز فلا يظهر أنه عسر الهضم للذين يتعودونه. وفي الغالب لحوم الحيوانات البرية أطرى من الداجنة لسبب كثرة رياضتها العضلية وتجديد لحومها. لحم أنثى الحيوانات أطرى من الذكور إلا إذا

كانت مخصصة فان ذلك يزيد لها ليونة وجودة في الطعم. واما لحم الخنزير الداجن فعسر الهضم ومضر في البلاد الحارة خلافاً للبري الذي هو لذيد الطعم وقابل الضرر ولا يخفى تحريمه في الشريعة الموسوية والاسلامية وصوابية ذلك في هذه البلاد

ويشترط في اكل لحوم الحيوانات ان لا تكون قديمة السن وعلى الخصوص ان تكون صحيحة خالية من المرض فيجب كشفها قبل ذبحها باربع وعشرين ساعة. فان كانت صحيحة كانت حركتها نشيطة وعيونها لامعة وغشاء الانف اخاطي احمر رطباً والتنفس منتظماً سهلاً والهواء المزفور بلا رائحة والدورة الدموية هادية والابرازات طبيعية. وان كان الحيوان مريضاً كان صوفه خشناً واقفاً والانف جافاً او مزبداً والعين ثقيلة واللسان بارزاً من الفم والتنفس صعباً والحركة بطيئة وربما كانت الامعاء منسهلة. فيجب على الذين يناط بهم هذا الامر من الحكم المدني غاية الاعناء بذلك لانه من المحقق ان اللحوم المريضة كثيراً ما تسبب المرض في البشر ولذلك قد جعل اليهود فحص الحيوان بعد الذبح والحكم على سلامته من شعائر الدين ولا ريب انهم قد اصابوا في ذلك. فينبغي حينئذ ان ينظر الى لون العضل والى خلو الرئتين والكبد من الديدان والخراجات الصديدية. واما الخنزير فان اكله فلا يجوز اكله الا بعد فحص العضل بالمكنس كسكوب حذراً من وجود الترنجينا اللولبية فيه. وما يشاهد احياناً في لحوم بعض الحيوانات اجنة انواع من التينيا وهي ديدان بيضاء تعيش في امعاء الانسان

ولا يتم هضم اللحوم على ما ينبغي الا اذا تجزأت اجزاء صغيرة بحيث تتمكن عصارات المعدة والامعاء من العمل فيها. فان الكياوي اذا اراد ان يحل مادة سحقها اولاً لكي تتسع مساحة السطح الذي يعمل فيه الجوهر الذي يحله فان لم يفعل ذلك اقتضي للحل زمن اطول. فهكذا عمل الاسنان في تجزئة الطعام وتسهيل الهضم حتى انه اذا لم يمضغ مضغاً جيداً ابتلع على شكل قطع كبيرة وطالت مدة هضمه

فيصير ذلك سبباً لسوء الهضم وضعف المعدة وربما خرج بعضه كما هو وخسر الجسد ما يغتذي به

ومن الشروط التي تتعلق بهضم اللحوم كيفية طبخها . وفضلها ما يعرف بالروستو عند الاوروبيين فانها تزيد لذة الطعم وتسهل الهضم وكذلك الشيء وفي كليهما لا يجوز تطويل مدة الطبخ لئلا يجف اللحم ويتصلب . واما السلق فان قصد به اكل اللحم وجب وضعه في الماء بعد غليانه لاقبله لان ذلك يحيد الالبومين في الطبقة الظاهرة ويحجز المواد الغذائية في الباطن ثم بعد خمس دقائق تخفف النار دون درجة الغليان . واذا قصد به لا اللحم بل المرق المغذي كما في الشوربا فيوضع في ماء بارد مقطعا ثم تزداد الحرارة تدريجاً الى درجة الغليان ويدام ذلك مدة طويلة فتخرج المواد الغذائية من اللحم الى الماء ويصير المرق لذيذاً شديد الغذاء واما اللحم فيصير هشاً عديم الفائدة عسر الهضم . واما القلي فكثيراً ما يجفف اللحم ويعسر الهضم فلا يجوز استعماله الا اذا سلق بعد ذلك او طبخ كما في الخينة فيصير لذيذاً مفيداً . ومن انواع طبخه الجيدة وضعه في الفرن متبلاً على طرق مختلفة . والقاعدة العامة في كل هذه الانواع ان يطبخ اللحم ببطء على نار خفيفة فكثيراً ما تُعطّل لذة الطعم وفائدة الغذاء من مخالفة هذا الضابط الجوهري

الطيور . كالدجاج والحمام والديك الهندي والاوز وطيور الصيد البرية . وهي جميعها مغذية لا تختلف اختلافاً كبيراً عن لحوم ذوات الثدي من هذه الحيثية او من حيثية نوع طبخها

الزحافة . لا يؤكل في هذه البلاد من الحيوانات الزحافة الا السلاحف والضفادع . والذين ياكلونها يقولون انها لذيذة ولكنها عادة مكتسبة غير مالوفة الا عند البعض القليل من الناس . واما الحكم فيها من حيث الصحة فلا يظهر انها مضرّة اوان لحومها عسرة الهضم وعلى الخصوص ارجل الضفادع التي يدحمها البعض للضعفاء

الاسماك . السمك طعام جيد مغدّ سهل الهضم لا يختلف عن لحوم الحيوانات التي سبق ذكرها الا من حيث نقص المادة النروجينية فيه وزيادة الاملاح الفسفاتية . وهو غالباً مما يميل اليه الضعفاء ومما يفيدهم على انه اذا تمخّ السمك كالسردين وغيره تغير طعمه بالكليّة ونقصت مواده الغذائية ما عدا انه يتصلّب ويعسر هضمه . ومن انواع السمك ما يصير مضرّاً في بعض الفصول فيحدث احياناً قيئاً ونفاساً على الجلد . ولما كان لحم السمك سريع الفساد كان الشرط الاول في اكله ان يكون طرياً اي حديث الاستخراج من الماء ويُعرف ذلك من النظر الى الخيشوم والعينين فان كان الخيشوم احمر زاهياً وكانت العينان لا يزال فيها بعض اللعان كان طرياً يجوز اكله والا فيُرفض ولا سيما اذا صار ليناً وظهرت فيه رائحة الفساد . والاولى ان يؤتى به في فصل الصيف حيناً في اوعية من ماء البحر . افضل انواع طبخه السلق والشويّ واما المقلّي منه فلذيذ الطعم ولكنه عسر الهضم

الحيوانات المفصليّة التي توكل هي كالسرطان والقريدس . وهي على الجملة عسرة الهضم وقد تسبب تهيجاً معويّاً ونفاساً في الجلد فلا يجوز اكلها الا اذا كانت طرية ومن انواع الحيوانات الصدفيّة التي توكل البطلينوس والحلزون والبراق وهي جميعها مغذية يستحسنها بعض الناس اذا طُبخت جيداً ولكنها لا تخلو من عسر الهضم . وافضلها نوع من الصدف البحري معتبر جداً في اوروبا . وفي كل حال لا يجوز اكلها الا اذا كانت حديثة العهد واما في حر الصيف فلا تصلح للطعام

الاطعمة النباتية المركبة

انواع الاطعمة النباتية المركبة كثيرة لا يسعنا ان نذكر منها في هذا المختصر الا ما كان كثير الاستعمال ومثلاً لاغيره . واولها واخصها الحبوب التي يُعمل منها الخبز الذي انفق على اكله جميع شعوب الارض من القبائل المتوحشة الى ما كان ارفعها مقاماً في التمدن . ولهذه الحبوب جميعها كالقمح والشعير والذرة صفة واحدة مشتركة بينها

وهي انها تتضمن نشاء وكلوتين وسكراً واملاحاً فلا ينقص منها شيء من الاصول الغذائية الا المادة الدهنية التي يعتاض عنها بالإدام الذي يוכל مع الخبز اما القمح فاكثر هذه الحبوب اعتباراً لسبب عموم استعماله بين البشر وفضله في ما يحتاج اليه الجسد من الطعام. وهو يتضمن من ٨ الى ١٢ في المئة من الكلوتين ومن ٦٠ الى ٧٠ في المئة من النشاء ومن ٤ الى ٩ في المئة من السكر وكمية من الاملاح الفسفافية. وبناءً على ذلك لا يوجد نوع واحد من انواع الاطعمة يقوم مقام الخبز فهو افضلها جميعاً وقد شهدت له الخبرة بذلك بين جميع الاقوام وسماه بعضهم قاعدة الحياة

حب القمح الجيد هو ما كان ملاناً وسمرة لونه غير زائدة والميزاب الذي عليه ليس غائراً بلا رائحة او تغير اللون او علامة لوجود السوس او طبقة فطرية. وكلما كان ثقيلاً فهو الافضل. ولا بد من خلوه من الزوان والجودار. واما الطحين فيجب ان يكون ابيض لا يميل الى الصفرة الا قليلاً جداً والا فيدل ذلك على بداية الفساد فيه وان لا تكون كمية النخالة فيه كبيرة وان لا يكون مكثلاً او خشناً بدون حموضة او رائحة اختمار وعفن. فيُعَلَم عهد الطحين من لونه وخشونته وحموضته. ولحمضه وتغير ما يُغش به طرق مختلفة بالمكربسكوب والكواشف الكيماوية والافضل منها ان يجرب بالعجن والخبز والذوق

والخبز خمير وفطير. فالخمير ما يُعَمَل من عجن الطحين مع مادة مخمرة وهي عبارة عن كلوتين بدأ فيه تحليل كيماوي. فاذا اختمر العجين تولد فيه غاز الحامض الكربونيك على هيئة فقاع هوائية ثم اذا وُضع الرغيف في الفرن الحار انتشرت الفقاع المذكورة وانحصرت في باطنه لسبب جفاف قشره فينتقب ويزفخ. وهذه الصفة ضرورية لهضم الخبز في المعدة بحيث انه اذا كان فطيراً او ضُغِطَ الخمير منه وتمزقت الحويصلات الهوائية صار عسر الهضم كما ظهر من التجارب وكما هو معلوم عند العامة. ويشترط في جودته ان يكون محكم الصنع فان لم يكن كذلك عسر

هضمة. وقد يغش الخبز بالشب الابيض فيصبر مضراً ويعرف ذلك مجلّ المشتبه منه في ماء مطر ثم باضافة محلول كلوريد الباريوم فان كان الشب موجوداً راسب راسب ابيض هو كبريتات الباريوم

والذرة من الحبوب التي ياكلها بعض الناس وكثيراً ما يغش في هذه البلاد طحين القمح بطحينها. وهي تتضمن أكثر من المادة النشائية وقل من المادة النتروجينية ونحو ٨ في المئة من زيت دهني. والخبز الذي يعمل منها مغدّ يسمّن لما فيه من النشاء والزيت ولكنه لا يخلو من عسر الهضم. واما الشعير فياكله احياناً الفقراء صرفاً او ممزوجاً بالقمح وهو كثير التغذية وكثير املاح الحامض الفسفوريك والحديد. وكان المصارعون عند اليونان ياكلونه لاجل زيادة القوة

والارز من الحبوب التي تطبخ وتوكل وهو قليل المادة النتروجينية (من ٢ الى ٧ في المئة) والاملاح والمادة الدهنية ولكنه كثير النشاء سهل الهضم طعمه جيد جداً للرّضى

والحمص والعدس والفول تتضمن مادة نتروجينية ونشائية وهي مغذية ولكنهما مودة للريح وربما سببت عسراً في الهضم. وفي الغالب لا يجوز استعمالها للرّضى. وقال العلامة ليبيك انها قليلة الفسفور

والبطاطا جذر يتضمن كمية كبيرة من النشاء وهو طعام مفيد جداً ولا سيما اذا طبخ مع اللحم. وكثير من اهل الارلاندا يستغنون به عن الخبز على انه لا يقوم مقامه الا عند القحط والفقر

والشمندر جذر لذيذ مفيد وهو خالٍ من المادة النشائية ولكنه كثير السكر فيصطنع منه كراماً. واما اللفت والجزر فقلما يؤكلان لما فيهما من عسر الهضم وعدم لذة الطعم

شروط الطعام الصحية

تختلف كمية ما يجب ان يوكل من الطعام بحسب اختلاف الكيفيات . غير ان القاعدة الغالبة في ذلك هي انه لما كانت فائدة الطعام تعويض ما يخسرهُ الجسد على الدوام من دثور ابنته وانفاق حرارته وجب ان تكون كميته تابعة لكمية الخسارة المذكورة . فانه من الظاهر ان الرجل الذي يصرف نهاره في الاعمال النشيطة كالفلّاح والحدّاد مثلاً يخسر كميةً اعظم من جسده ما يخسرهما التاجر الجالس في حانوته فيحتاج بالضرورة الى كمية اعظم من الغذاء . فان خولفت هذه القاعدة الطبيعية واكل الفلاح دون المطلوب واكل التاجر ما يزيد عنه كانت النتيجة في كلا الحالين مضرّة بالصحة . ومن هذه الكيفيات ايضاً السن لان الطفل والولد في زمن النمو يحتاجان الى كمية من الطعام هي اعظم بالنسبة الى ثقل جسدهما مما ياكله البالغ . ويندرجداً ان الولد ياكل من الاطعمة الاعتيادية ما يزيد عن احتياج الطبيعة ولذلك لا يجوز التعرض له من هذا القبيل الا اذا كان افراطه ظاهراً . ويحتاج البالغ في زمن الشباب والكمولة طعاماً كافياً لسبب اشتداد الاعمال الجسدية والعقلية فيه . واما في الشيخوخة عند هبوط النوى ونقص اعمال الحياة والعجز في عامة الامور فيكون الاحتياج النسبي الى الطعام قليلاً . ولهذا السبب ايضاً يكون طعام النساء غالباً اقل من طعام الرجال الا اذا كانت حاملاً او مرضعة فتشتمد حينئذٍ فيها شهوة الطعام لما يضاف الى احتياجها من احتياج طفلها

ومن هذه الكيفيات ايضاً الاقليم والفصل السنوي فان الانسان ياكل في البلاد والفصول الباردة ما لا ياكله في الاقاليم والفصول الحارة . وذلك لان الانسان يخسر من حرارته بسبب البرد ومن ثقل جسده بسبب الاعمال النشيطة التي يؤدي اليها البرد اكثر مما يخسرهُ الانسان في الحر فيحتاج الى زيادة من

التعويض الغذائي . ولهذا نرى اهل الهند يتناولون بكمية صغيرة من الارز واهل البلاد الشمالية الباردة يأكلون كميات عظيمة من اللحوم الدهنية

غير انه يقال على الجملة ان الانسان شديد الميل الى الشراهة في الاكل التي تؤدي الى البطالة والكسل والخمول والمرض . فاذا كان الطعام كثيراً فقد لا يهضم ولكنه يجمع في الامعاء ويفسد فيسبب امراض المعدة واحتقاناً في الامعاء واسهالاً لا يكفي لافراغها واحتقاناً في الكبد وكراهة في رائحة النفس وكان يعالج ذلك بالمساهل على ان علمها وقتي لا يمس العلة الاصلية . واذا هضم الطعام الكثير احدث امتلاءً دموياً في الجسد واحتقاناً في الاعضاء الباطنة وربما ادى ذلك الى الحميات او السكنة او الفالج او النقرس او امراض اخر . وربما لم تكن الكمية كبيرة في دفعة واحدة ولكنها تكون كذلك في مدة النهار فتسبب الضرر . وبناءً على ما تقدم يجب على الجميع الانتباه الشديد الى هذا الامر

وربما كان النقص في كمية الطعام المطلوبة اشدّ ضرراً من زيادتها لانه يؤدي الى الموت من الجوع او الى امراض مهلكة كالوباء الذي يعقب القحط . وربما توقف نمو الطفل من قلة الطعام بل ربما حصل ضرر للجنين في بطن امه اذا لم يكن لها كفاية من الغذاء الكافي الصالح . اما الموت من الجوع فيندر ان الانسان يعيش اكثر من ثمانية او عشرة ايام بعد انقطاعه عن الطعام وربما عاش اكثر من ذلك اذا كان له وصول الى الماء . واما صوم الدكتور تيرالاميركاني وغيره اربعين يوماً او اكثر فمن الامور الغريبة التي تحدث فيها العقول . وقد تحقّق من المشاهدات المتعددة ان الجوع الذي يحدث في ازمة القحط موجب للاوبئة كالحمى التيفوسية وغيرها التي كثيراً ما تعقبها وتهلك خلقاً كثيراً

نوع الطعام . قد سبق الكلام على ان الانسان لا يستطيع ان يعيش على نوع واحد فقط من انواع الطعام ولذلك يجب ان يكون طعامه مركباً من الحيواني والنباتي مع المواد الاخر التي تقدم الكلام عليها . وينبغي ايضاً تبديلها من مدة الى

مدة فان الخبز واللحم والبطاطا من اصح ما يوكل للجسد غير انه لا يصح ان يدوم عليه الانسان كل ايامه بل يجب ان يبدل اللحم احياناً بشيء آخر كالسمك والدجاج مثلاً والبطاطا بنوع آخر من الخضراوات فاذا لم يحصل التبديل المذكور في الاطعمة حدث ضرر ظاهر للصحة كما يشاهد في الجبوش والسنن والمستشفيات عند عدم امكان تغيير الاطعمة فانهم يقعون في الكآبة والشوق الى الوطن ويظهر بينهم الاسقربوط والحُمى ويتعسر شفاء جروحهم وتبطؤ نقاهتهم . وقد سبق القول في وجوب تغلب الطعام النباتي على الحيواني في البلاد الحارة

اوقات الطعام. يجب ان تكون اوقات الطعام منتظمة بحيث انه يصير من ذلك عادة تالفها الطبيعة . فقد شوهد من التجارب انه اذا كان تناول الطعام في اوقات معينة كان الهضم اجود والتغذية اتمّ مما لو كان في ازمة غير معلومة . وافضل العادات من هذا القبيل ان يكون الطعام ثلاث مرات في اليوم اي عند الصباح والظهر والمساء

اما فطور الصباح فيجب ان يكون حالاً بعد النهوض من النوم لكي ينال الجسد من القوة والنشاط ما يحتاج اليه قبل الشروع باعمال النهار . ومن الفوائد المقررة ايضاً في هذا الشأن ان الفطور مانع لعل الاجرة المملارية التي تتولد مدة الليل ولعل العدوى ولذلك لا يجوز للعساكر وللذين يتعرضون للملاريا والعدوى ان يخرجوا لاشغالهم اليومية قبل الاكل . وقد اتفق عامة الناس على ان يكون الطعام حينئذ خفيفاً كالقهوة والشاي والحليب والخبز والزبدة والبيض المحمد تجداً خفيفاً . واما غداء الظهر فيجب ان يعقبه زمن راحة من الاشغال الشاقة الجسدية والعقلية لان ذلك يتعرض لجودة الهضم ولا سيما اذا كان الطعام ثقيلاً . وعشاء المساء اثقلها عند اكثر الناس فيجب السكون بعده وان لا ينام الانسان قبل مرور ساعتين . ومن شروط الهضم الصحي فيها جميعاً ان تُجنب الانفعالات النفسانية وعلى الخصوص للضعفاء والاطفال . ومن المحتق ان الهضم والغم من اكبر الاسباب

لامراض المعدة فلا يجوز مدة الطعام وبعده ببرهة ان يكون الحديث او الفكر في امر مكدّر. فكان القدماء يستاجرون رجلاً لآمن اصحاب الفكاهة والهزل لان شراهم مدة الطعام واولئ الهضم. ومن هذه الشروط الصحية ايضاً ان لا يوكل طعام قبل هضم الطعام السابق وهو ما كان يسميه القدماء ادخال طعام على طعام وضرره ظاهر لان الهضم الجديد يتعرض للقديم ولا يترك للمعدة زمناً ترتاح فيه من العمل

طعام المرضى

طعام المرضى من متعلقات الطبيب الذي اذا نظر الى العلة عرف ما يوافقها من انواع الطعام وكميتها فلا يسعنا هنا ان نقول الاشياء اجالياً. اذا كان الانسان في حال الصحة والسكون التام لا يزال يحتاج الى كمية من الغذاء لاجل عمل القلب والتنفس وتوليد الحرارة الى غير ذلك من الاعمال الحيوية. وكذلك اذا كان في المرض فان لم يأكل وبهضم كان غذاءه من نفس جسده الذي ينزل يوماً فيوماً الى ان يفنى ما يمكن الاغذاء به وتنف اعمال الحياة. ولهذا كان لا بد له من الطعام على انواعه الاصلية كما سبق بالتفصيل غير انه يجنار منها اللطيف وتجعل الكمية ما نستطيع القوة الهاضمة ان تعمل فيه. وقد يحتاج الى الاطعمة القوية والى كمية تزيد عما يكون في الصحة بحسب نوع المرض ومعرفة الطبيب. وربما كانت القاعدة الغالبة ان لا يعدل عن طعام الصحة في المرض الا اذا كان هناك مانع ظاهر كما اذا كانت قوة المريض الهاضمة ضعيفة. اخص الاطعمة التي توافق المرضى غالباً الحليب ومرق اللحم والدجاج والارز والنشاء والبيض والخبز واللحوم الطرية

الفصل السابع عشر

الرياضة

الرياضة من الشروط الضرورية للصحة . وكان القدماء يعتنون بها اشد الاعناء لاجل تقوية الجسد والمصارعة وتربين العساكر ولا سيما بعد ان شرعوا في عمار المدن والعيشة الهادئة فيها فظهر بينهم من اصحاب القوة العضلية ما يعسر تصديقه . واما المتأخرون فقد التفتوا الى تهذيب العقل وجعلوا المدارس مربى شبانهم وغفلوا عن الرياضة الجسدية فذهبوا الى الطرف الآخر . غير انه من المحقق انه كما ان الحياة لا تقوم الا باجراء وظائف الجسد كذلك الصحة لا تقوم الا بترويض هذه الوظائف بحيث انه اذا أهملت الاعضاء نقصت تغذيتها وضعف بناؤها ووهنت قوتها واذا أُفْرِط في رياضتها حصل الخلل فيها كما اذا أهملت وعلى هذا يكون الكسل والسكينة في البيوت والحوانيت من الجهة الواحدة والاعمال الشاقة الطويلة من الجهة الاخرى سبباً لنقص الصحة والحدوث المرض

ومع ان رياضة العضلات الاختيارية وهو المراد هنا لا تستلزم رياضة جميع الاعضاء فهي فاعلة فيها جميعها ولا سيما في القلب والدورة الدموية وتكوين الدم وانفاقه في تغذية الانسجة . ولا ريب انه بدون هذه الحركة العضلية وحدوث الرياضة الواجبة لا يتأتى للانسان ان يتمتع بانعام العافية . واما التعليل عن ذلك فهو ان هذه الحركات تزيد تاكسد الكربون والهيدروجين وازراز الحامض الكربونيك والماء

وغيرها من الجسد وتسرع الدورة والامتصاص وتجديد الانسجة ولذلك تكون
تتجنبها نقوية جميع الاعضاء . ولا يُستثنى من وجوبها احد بين جميع مراتب الناس
وسنهم وجنسهم الآن اشد الحاجة اليها يكون في اوائل الحياة ومدة الشباب

رياضة الاولاد والشباب . بعد السنة الاولى او الثانية من الحياة يصرف
الولد اكثر زمان يقضيه في الحركة ويصير ذلك عادة مستمرة فيه الى ان يرسل
الى المدرسة ويحجز عن اللعب مدة الدرس . ولا مانع لهذا الا اذا كان نحيفاً ضعيفاً
فربما لزم احياناً معارضته في حركته الدائمة ونقطتها بازمنة الراحة لئلا تستولي عليه
شدة التعب على ان الطبيعة ترشده في هذا الامر فيكف غالباً عن العمل متى شعر
بالتعب . غير ان الضرر الغالب في تربية الاولاد من هذا القيل لا افراط الرياضة
لهم بل حبسهم عنها في البيوت او المدارس . ومن هذا الضرر جموده تحدث في
مفاصلهم فتزيل منهم سهولة الحركة ولطفها وانفائها مما يشاهد في مدة الشباب بل
قد يتصل الضرر الى تشويه المفاصل والعظام وضمور العضلات وضعف عام .
ومما يستوجب الرياضة الكثيرة في الاولاد ان قوتهم لتوليد الحرارة ضعيفة بالنسبة
الى البالغين فلا يقاوم ذلك الا باسراع الدورة والتنفس وهو مما يحدث من الحركة
العضلية مع كفاية اللباس الدافئ . واذا حدث فيهم التنفس النشط وجب ان يكون
الهواء الذي يتنفسونه نقياً على ما سبق في فصل الهواء . بل بين الرياضة والتعرض
للهواء الصافي علاقة شديدة لان الرياضة لانتم غالباً الا خارج البيوت في الحدائق
والفلاة حيث يكون الهواء متحركاً لاساكناً محصوراً كما في المساكن . ولذلك نرى
اولاد الفقراء واهل البر الذين يصرفون اكثر زمانهم في الخارج اصح واقوى غالباً
من اولاد الاغنياء واهل المدن الذين يحجزون في البيوت او المدارس

افضل انواع الرياضة للصبيان بين السنة السابعة من العمر والسنة السادسة
عشرة الملاعب المألوفة عندهم فلا يكفيهم المشي كما يكفي الكهول بل يحتاجون الى
ترويض كل عضلاتهم في الركض والوثب والتعشق وغير ذلك من الحركات

النشطة. واما رياضة البنات فلا يجوز ان تختلف عن رياضة الصبيان الا من حيث تجنب العنيف منها وربما كان الفنز على الحبل الممهور عند هنّ افضلها جميعاً لانه يشغل جميع العضلات ويروّضها ويقوّيها. وقد اصطالحوا حديثاً في جميع المدارس على انواع من الترويض الجسدي يُعرف بالجمناستيك. ومع عدم امكان المبالغة في الاحتياج على الرياضة الكافية في الهواء الخارج التي لا يجوز ان تكون اقل من بضع ساعات كل يوم للصبيان والبنات فلا بد من وجوب الانتباه الى ان بعضهم نحيف البنية لا يحتمل ما يحتمله غيرهم من ذلك فيوضع لهم حد معتدل ربما لم يتجاوزوه بلا ضرر. واما مذهب العامة في بلاد الشرق ان هذا الامر لا يُطالب من البنات ولا يفيدهنّ وانه يجب ان يتعلّمن السكينة والاحتجاب داخل البيوت ولا سيما بعد زمن البلوغ وان المشي والركب واللعب من الامور المعيبة لهنّ فغلط نرى اضراره كل يوم في البنات النحيفات الضعيفات اللواتي صفرة وجوههنّ تدل على مخالفة هذا الناموس الطبيعي وعدم استطاعة الطبيب ان يفيدهنّ بالدواء اذا لم نتغير كيفية معيشتهنّ في امر الرياضة والتعرض لهواء السماء ونورها

رياضة البالغين. اكثر البشر لا يمتحنون الى الرياضة لانهم يصرفون معظم زمانهم في الحقول او الفلاة او المعامل او الصنائع التي تستلزم العمل العضلي. وهي صفة اهل القرى والفقراء واصحاب الصنائع اليدوية كالحداد والخجار فليس لهم من داعٍ موجب للرياضة بل ربما احتاجوا الى الراحة واذا طلبوا اماكن التنزه كانت الفائدة لهم من ذلك تسلية العقل وانشراح الخاطر او تنفس الهواء النقي. غير ان كثيرين من اهل المدن كالتاجر والخطاط والصانع لا ينالون كفاية من الرياضة في اعمالهم اليومية فيمتحنون اليها. وربما كان اكثرهم حاجة اليها اصحاب الدرس والتعليم والكتابة واجهاد العقل فلم الرياضة من اشد الامور ضرورة للصحة. وقد ظهر من بحث المحققين ان الاعمال الشاقة في الهواء الخارج ولو كانت مفترطة اوفق للصحة من الاعمال الخفيفة في البيوت او المدن وان اردا اشغال الحياة للصحة في التي تستلزم

الجلوس وعدم الحركة ولا سيما اذا اُضيف الى ذلك اجتماع كثيرين في مكان واحد يتنفسون هواءً ساكناً لا يتجدد

وقد يتطَرَّف الانسان الى الجهة المخالفة فيصرف زمانه في عدم الحركة ثم يحاول اصلاح الضرر بالرياضة عنيفة قصيرة على ان الواجب عليه رياضة معتدلة طويلة يومية . ولنا مثال على ذلك في الفرس الذي يُكَدَّ كدّاً شديداً ساعة واحدة في النهار فيتعب ويجز قبل الفرس الذي يُكَدَّ كدّاً خفيفاً النهار بطوله . فيتضح من ذلك ان الذين ينحصر في الاعمال العقلية الطويلة ويجهدون انفسهم جهداً دائماً ويحلّ بهم الضرر العظيم ينالون فائدة اتم اذا خففوا اعمالهم وقصروا مدتها وصرفوا بعض الزمان من كل يوم في الراحة والرياضة المعتدلة مما اذا قصدوا اصلاح الضرر الناشئ من الكدِّ الدائم براحة يوم في الاسبوع او شهرين في السنة . والحاصل كما ان الرياضة من الشروط الضرورية للصحة كذلك مسألة زمانها ومدتها ونوعها بحيث انها لا تنقص عن التندر المطلوب ولا تتجاوز قوة الشخص وتوجب التعب المفرط

مدة النهار للرياضة . اتفق عامة الناس على اوقات معلومة لاعمالهم اليومية ولما كان اكثر هذه الاعمال متبادلاً بين الناس كانت الموافقة على زمانها من الامور الاضطرارية التي ليس للانسان خيار فيها . بل ربما كانت هذه الموافقة من مصلحة الجمهور فلا يصح تغييرها . ولا مانع فيها للصحة لانها غالباً تجيز للانسان رياضة في الصباح وراحة في وسط النهار ثم زمناً آخر للتره عند المساء ويندرجاً انه لا يصح له ذلك اذا قصده فاذا وقع ضرر من هذا القليل لم يكن عادة من عدم الامكان بل من الكسل والاهمال

انواع الرياضة كثيرة اخصها المشي وركب الخيل وركب العربات . فالاول والثاني منها للاقوياء واما الثالث فن مصطلحات رفاهة المعيشة للنساء والشيخوخ والصعفاء ولكنها لا تكفي للشبان والكهول واصحاب القوة الاعيادية وربما تضرر

كثيرون من الاغنياء بالعدول عن المشي وركب الخيل وبالاقتصار على راحة المركبات وعجلوا على انفسهم بقدم هرم الشيخوخة ونكباتها

واما رياضة الضعفاء والشيخوخ فلا يجوز ان تكون مدة خلو المعدة من الطعام ولا بعده في الحال الا اذا كان خفيفاً فلا. منها قد تحدث تعباً وهبوطاً في جميع القوى اذا كانت مدة الجوع ولذلك لا تجوز لهم في الصباح الباكر قبل الفطور خلافاً للاقوياء لانهم يتفنعون بها حينئذ. واذا كان غداء الظهر خفيفاً فتصح الرياضة بعده ولكن اذا كان ثقيلاً فلا تجوز قبل مرور ساعتين. وكما ان الشيخوخ ياكلون كالاطفال مرات اكثر من غيرهم لانهم ياكلون كمية اقل كذلك يجب ان تكون مدات رياضتهم متواترة وان لا تكون عنيفة او طويلة

وما يتعلق بكمية الرياضة ونوعها مزاج الشخص. فان كان دموياً نشيط الحياة تعسر على صاحبه الحصر في البيت او الحانوت لان الطبيعة تطلب منه ولا سيما مدة الشباب الحركة والخروج الى الهواء والتعرض للنور واسباب الرياضة والقوة. ولذلك يجب على الوالدين والاصياء ان يراعوا مزاج اولادهم وميلهم الطبيعي في اختيار مهنة لاكتساب معيشتهم لان اكرامهم على ما ينفرون منه لا يضر بالصحة فقط ولكنه كثيراً ما يضر بنجاحهم في الدنيا. واصحاب المزاج اللهاوي يحناجون الى التقوية بالوسائل المذكورة خلافاً لاصحاب المزاج الصفراوي الذين يمتثلون من الحصر في البيوت والجلوس في المكاتب ما لا يمتثل به غيرهم. وهذا القول لا يمنع وجوب الرياضة لهم لانها شرط اصلي عام لا تهمل ابداً بدون ضرر قريب او بعيد

ثم للفصل ايضاً دخل في الرياضة لانه اذا كان بارداً طلبت الطبيعة الحركة العضلية وما يتبعها من سرعة الدورة ودفاء الجسم ونشاط الاعضاء خلافاً للفصل الحار فان الانسان يابي فيه الرياضة واذا اكره نفسه على كثير منها اورثته التعب السريع وانحطاط القوى على انه لا يجوز اهما لها على الاطلاق ولا ركان الى الكسل
الذميم

الفصل الثامن عشر

الاستحمام

يراد بالاستحمام هنا الاغتسال بالماء مطلقاً لا دخول الحمام والاغتسال بالماء الحار فقط. وربما وجب وضع الفصل بين الغسل والاستحمام بناءً على انه يُقصد بالاول النظافة وما يتبعها من الفوائد الصحية وبالتالي تعرض كل الجسد للماء والرياضة العضلية كما سيأتي

اما الغسل فاکثر الناس لا يستعملونه كما ينبغي اما لعدم معرفتهم بالکيفية الواجبة او للاهمال الناشئ عن الكسل. لانه مع تسر وجود الماء والصابون يغفل كثيرون عن تنظيف اجسادهم بسبب الثقله التي يقتضيها الغسل كالانفراد وكثرة المواد اللازمة وسكب الماء حولهم. ولذلك نرى العدد الغالب يدفعون هذا الامر المهم الى ايام غير معلومة يذهبون فيها الى الحمام او يقتسلون فيها في بيوتهم. على انه شاع في الامثال العربية "ان النظافة من الايمان" وفي الامثال الانكليزية "بعد التقوى النظافة" وربما لم يكن لغة خالية من مثل بهذا المعنى. والظاهر ان سبب هذه الامثال ما يشعر به الانسان من الفضل الادبي اذا كان جسده نظيفاً. ومن المحقق ان النظافة صارت الآن من ضروريات حياة المدن فانه كلما ارتقت امة في ذلك زاد الناس اعتناءً بنظافة اجسادهم وملابسهم ورفضوا من معاشرتهم من كان قذراً

او متغافلاً عن واجباته لنفسه وللجمهور من هذا القبيل . ومن المعلوم ان بعض
الاديان قد جعلت النظافة من شعائر الدين وحرمت على تابعيها الصلاة والعبادة
واتيان الله الا اذا راعوا الطهارة الجسدية أولاً

وضرورة غسل الجسد لاجل الصحة ظاهرة من ان افراز الجلد ليس العرق
المائي فقط بل هو يتضمن ايضاً مواد زيتية وحيوانية واملاحاً تمتزج بالغبار وتلتصق
بالجلد وتسد مسامه . فيحدث من ذلك انه يُغَطَّى الجلد الذي لا يُغسَل بطبقة
مكونة مما ذكر مع قشور منه تمنع العرق والتنفس الجلدي وتسبب امراضاً كثيرة
وقدراً ذمياً . وقد تحقق من التجارب انه اذا طُلي جلد حيوان بمادة مانعة لخروج
ما ينبعث منه مات كما يموت اذا حُجِر عنه الهواء

يجب ان يغسل كل الجسد جيداً مرة في اليوم فيستغنى بذلك عن الاستحمام
الاً نادراً . وفوائده أولاً ازالة الوسخ وفتح مسام الجلد ثانياً انعاش الجسد ثالثاً
تسكين اعصاب الجلد ومنع البثور الجلدية . ولا يلزم لكل ذلك الا قليل من الماء
اللين بارداً او فاتراً بحسب الفصل والصابون اللطيف الذي قد يستغنى عنه
غالباً ومنشفتان ناعمة وخشنة وعشر دقائق من الزمان . وافضل الاوقات للغسل
حال النهوض من الفراش اذ يحتاج الجسد الى الانعاش . اما كيفية العمل فيستحضر
طست ماء ويُعَرَى الجسد بالكليّة من اللباس ثم يؤخذ اسفنجة كبيرة او قطعة فلانلا
ناعمة تُبل بالماء وحده او مع الصابون ويفرك كل قسم من الجسد فرغاً سريعاً ويشرح
اولاً بالعنق ثم يغسل الصدر والبطن والظهر ثم الاطراف . فان كان الجسد وسخاً
خشناً وجب استعمال الصابون كل صباح اباماً ثم مرة في الاسبوع . واذا انتهى
الغسل الذي لا يشغل اكثر من ثلاث اواربع دقائق ينشّف الجلد جيداً بمنشفة
ناعمة ثم يُفرك بمنشفة خشنة فرغاً سريعاً الى ان يحمّر لونه وتنشر فيه الحرارة . واما
النساء والاولاد فلا يحتاجون غالباً الا الى منشفة اعنيادية غير انه في كل الاحوال
يجب ان يدام الفرك الى مدة انتشار الحرارة . وان كانوا ممن يبردون بسرعة ويبطؤ

فهم رد الفعل اي رجوع الحرارة فيفركون بكف خشن او شيء آخر يقوم مقامه. وبعض الناس يجلس في طبق ماء ويغسل نصفه العلوي كما سبق ثم يتف ويغسل ما بقي من جسده.

وليس في ما ذكر شيء يمنع احدا في حال الصحة المتوسطة من مباشرة هذه العادة كل صباح ولا يلزمه من المواد الا القليل ومن الزمان الا نحو عشرين دقيقة من وقت نهوضه الى نهاية لبس ثيابه. واما فائدته فانه لا يتمتع احد براحة الجسد ونشاط الصحة بدونه ومتى تعود الانسان لا يتركه بعد ذلك بل يصير من ضروريات حياته وسروره. ومع ذلك تغفل عنه عامة الناس فان كان شيء من شبه العذر للفقراء فاذا يقول اصحاب اليسر في الدنيا الذين يتزينون بالاثواب الثمينة من الظاهر واما اثوابهم الداخلة وعلى الخصوص حالة اجسادهم فمن الامور المعيبة كما يعرف ذلك جيذا اطباء الذين مهنتهم كثيرا ما تدعوهم الى فحص المرضى

الاستحمام

للاستحمام فائدتان الاولى تنظيف الجلد من الوسخ وقد سبق الكلام عليه في مسألة الغسل والثانية لذة الغطس في الماء والبقاء فيه مدة او التهيج الحاصل من ذلك. وقد اسلفنا القول انه يستغنى عنه غالبا بالغسل غير ان له فوائد خاصة به لا يصح ان تغفل عنها فنذكرها في ما ياتي من الكلام على انواع الاستحمام

١. الحمام البارد. درجة البرد لما يستحم به من الماء في هذا النوع تختلف من ٢٢° ف الى ٧٠° بحسب حرارة او برد الفصل. واما عملة الاول في الجسد فانه يعكس الدم والقوة الحبوية من الظاهر الى الباطن ثم يردّها الى الجلد والمجموع العضلي وهو ما يقال له رد الفعل. فاذا اندفع الدم من الظاهر الى الباطن تهيج القلب من الزيادة الواردة اليه واشتد عملة في سرعة وقوة انقباضه فيندفع الدم

منه بسرعة وقوة الى جميع اعضاء الجسد . واما الفائدة الناشئة من ذلك فان
 الاعضاء تنال قوة جديدة من توارد الدم اليها فيشتد عمل التغذية فيها ويزول منها
 الاحثنان المزمن وضعف العمل الخاص بوظيفتها الصحية . وعلى ذلك يُعَلَّل عن
 منفعة الاستحمام بالماء البارد في الضعف العام والامراض المزمنة . فاذا قصد به
 تقوية المجموع العام او قسم ضعيف منه وجب ان تكون صدمة الماء الاولى قصيرة
 ومدة الفرك طويلة الى ان يصير رد الفعل تاماً . ولهذا السبب يكون الغطس الفجائي
 افضل الطرق للاقوياء خلافاً للضعفاء الذين يجب ان يمسحوا اجسادهم اولاً
 بمنشفة او اسفنجة مبلولة ثم يغطسوه في الماء . ولا يجوز ان يقف الانسان في الماء
 واكثر جسده غير مغمر به لان ذلك يوجب احتقان القلب والاعضاء المركزية
 فيصعب حينئذ تمام رد الفعل وتطول مدة البرد . ومن الطف انواعه سكب الماء
 على الجسد فهو موافق للضعفاء والنساء والاولاد خلافاً لرشه بالمرشة المعروفة
 بالدوش فانها كيفية شديدة الفعل لا يَحْتَمِلُها الا الاقوياء وهي مفيدة جداً لهم
 ومن الناس من يعود الاستحمام بالماء البارد صيفاً وشتاءً . ولا بأس من
 ذلك للاقوياء البنية واما الضعفاء فيجب ان ينقطعوا عنه مدة البرد الشديد
 ويبدلوه بالمسح بالاسفنجة المبلولة والغسل البسيط على ما تقدم . واذا قصد التنشيط
 والانعاش فقط بدون صدمة الماء الشديدة وجب ان تكون حرارة الماء نحو عشر
 درجات اقل من درجة الهواء الجوي مدة الصيف واما في الشتاء فتكون مساوية
 لها او اعلى منها بعشر درجات . ويجوز حينئذ ان يكون الغطس فيه فجأة ويدوم
 من خمس الى عشر دقائق ثم يشرع في الفرك حالاً ولا تلبس الثياب الا بعد
 حدوث الدفأ في كل الجسد . وهذا الاستحمام في الفصل الحار ولا سيما في هذه
 البلاد من اعظم اللذات المفيدة لنظافة الجسد وراحته وانهاشه وصحته

٢ الحمام الفاتر . يُبدل الحام البارد بالفاتر متى كان الطقس بارداً جداً او
 متى كانت قوى الجسد منخطة او اذا كان الشخص امرأة نحيفة او ولداً ضعيف

البنية . وهو مفيد ايضاً بعد الرياضة العنيفة مدّة الحر او في الشتاء متى كانت المفاصل ثقيلة والجسد بارداً لانه ينعش القوي ويزيل التهييج العصبي . وإما فائدته الطيبة فتظهر على الخصوص في بعض الامراض الجلدية وفي اكثر امراض النساء المزمنة ولاسيما في احتقانات اعضاء التناسل الباطنة وخلل الخيض

٢ الحمام الحار . اخص فوائد الحمام الحار تسكين الالم والتهييج وتوجيه الدم من الاعضاء الباطنة الى سطح الجسد بحيث يحدث من ذلك عرق قد يكون غزيراً . فلا يحتاج اليه الاقوياء عادة الا بعد التعب العظيم والسفر ولجل مقاومة ضرر كالصدمة والرضات المفصلية والعضلية . وهو مفيد ايضاً في الدور الاول من النوازل وللذين جلودهم خشنة جافة ويشير به الاطباء لجل استرجاع موازنة الدورة اذا حدث شيء يخل بها ولجل فتح مسام الجلد اذا ضاقت من البرد او المرض ولتبيد الاحتقان الدموي في الاعضاء ولتسكين العقل عند تهيج . غير ان الاكثار منه غير ممدوح فلا يجوز استعماله اكثر من مرة في الاسبوع الا اذا كان هناك داعٍ موجب . ومن هذا النوع الحمام المعهود بين اهل المشرق الا انه اشد فعلاً في الجسد لان ماءه حار جداً غالباً ويفرط العرق فيه والرجال والنساء يطيلون مدته غالباً فيجب الاعتدال في استعماله ولاسيما للضعفاء فانه كثيراً ما يُغنى عنهم وهم فيه . ويجب الاستحمام بالماء الفاتر والحار قبل الطعام لابعده في الحال واما درجة حرارة الاول فتكون من ٨٥ الى ٩٥ ف والثاني من ١٠٠ الى ١١٠

٤ حمام البحر . هو افضل انواع الحمامات للاقوياء والمتوسطين في القوة ويجوز استعماله من آخر الربيع الى اواسط الخريف او اخره . وفائدته الخصوصية الصدمة التي تحدث عند الغطس ورياضة السبح والتعرض لهواء البحر . ولا بد من الحركة فيه فاذا لم يُعرف السبح يفرك الجسد بالايدي ولا يجوز تطويل المدة فيه لان بعد حدوث رد الفعل تسلب الحرارة من الجسد وربما اوجب طول المدة

تعباً يدوم كل النهار وضعفاً بدل القوة المطلوبة . وتختلف الإقامة فيه من دقيقتين المضعفاء الى عشر دقائق او أكثر للشبان والاقوياء . ثم لابد من فرك الجسد فركاً جيداً بالمناشف اللينة والخشنة الى ان يجمر الجلد ويدفأ كل الجسد . واما الزمان الذي يُستعم فيه فالصباح قبل النطور افضل للاقوياء وبعده للضعفاء . ومدح جالينوس الشهير فرك الجسد فركاً جيداً الى ان تنتشر الحرارة في الجلد قبل الاستحمام على جميع انواعه وقيل ان لذة الاستحمام تتضاعف بعد هذه الوسيلة . واذا كان الشخص ضعيفاً جازله ان يبدأ بالاغسال بماء البخر في البيت فاتراً او بارداً فاذا زادت قوته سار الى البخر واغسل او استعم فيه . وفي الغالب لا يجوز غسل الاولاد في البخر قبل السنة السابعة من العمر ويحذر منه بعد السنة الخامسة والخمسين الا اذا كانت البنية قوية



الفصل التاسع عشر

النوم

من النوميس العامة على جميع الاجسام الآلية تعاقب العمل والراحة . فان النور هو المنبه العظيم لاعمال الحياة فتى وُجد جرت وظائفها في الحيوان والنبات على اتم ما يكون ومتى انقطع سكنت سكونا تاماً او نسبياً . ولما كان ظهور النور واحتجابه على شكل دوري متعاقب كان ايضاً العمل الحيوي دورياً يظهر ويغيب بالترتيب وهو ما نرى مثله في العالم الطبيعي كدوران السيارات وتعاقب الحر والبرد والنور والظلمة والتركيب والتحليل . ومن هذا القبيل اليقظة والنوم في الانسان لانه كما ان دثور انسجة الجسد يحتاج الى التعويض بواسطة الغذاء في اوقات دورية كذلك اجهاد العقل وانفاق القوة العصبية مدة النهار يوجبان ضعفاً في الدماغ والمجموع العصبي عند مجي الليل لايزول الا براحة النوم حيث تسترد القوة المفقودة على نوع مهم . وبناءً على ذلك يكون النوم من ضروريات الحياة كالغذاء وله علاقة شديدة بالصحة العامة بحيث انه اذا اُطيل السهر او حدث ارق وقلة نوم في الليل كان ذلك لا محالة سبباً لتشويش الجسد . وقد تحقق ان كثيرين من الذين جعلوا السهر الطويل عادتهم اما للدرس او للملاهي الدنيا خسروا صحتهم وربما اعدوا انفسهم لامراض مهلكة

وما لا ريب فيه ان القوة الحيوية الناشئة عن عمل الجهاز العصبي تنفص تدريجاً كلما تقدم النهار الى ان تعجز الاعضاء عن القيام بوظائفها الا اذا تنبهت بواسطة اسباب خاصة فيدوم عملها زماناً قصيراً وينتهي الامر اخيراً بالنوم الجبري ولو في

ساحة الحرب وبين اصوات المدافع العظيمة . وتختلف في مدّة النوم حالة الاعضاء التي تتعلق بوظائف الحس والحركة عن التي علاقتها بالتنفس ودورة الدم والافراز فان عمل الاول يتوقف توقفاً تاماً ويبطل الحس الباطن والشعور بالاشياء الخارجة خلافاً للثانية التي يدوم عملها ولو نقص قليلاً كما يشاهد في بطوئ التنفس والنفض وهبوط الحرارة

غير انه ولو كان الاحتياج الى النوم ناشئاً عن حالة المجموع العصبي فلا بدّ غالباً من وجود كيفيات خارجيّة توافقه يقال لها الاسباب المهيّئة التي اخصّها الظلام وهذو الاصوات وارتخاء العضلات عند الاستلقاء على الفراش . على ان بعض الناس يتعود النوم بين الاصوات القوية فلا تؤثر فيهم وربما احتاجوا اليها واكثر الناس ينامون من عمل الاصوات الضعيفة اذا ترددت عليهم وكانت نعمتها واحدة كصوت القراءة وهدير البحر البعيد وخرخرة المياه . ومن هذا القبيل ايضاً قراءة كتاب ثقيل وسمع كلام طويل غير مفيد وفرك الاطراف فركاً خفيفاً ومن المشهور نوم الطفل عند الحركة الخفيفة كهمز السرير او حمل على الايدي والمشي وغناء مرضعته له غناء لطيفاً . واذا نعسر النوم فكثيراً ما يساق اليه بقطع الارادة عن عمل العقل فيترك سائباً يفكر بما يشاء او يشتغل بافكار تتردّد عليه تردداً ميكانيكياً كمصريف فعل او عدّ اعداد من الواحد الى المئة مثلاً

وقد يكون مجيئ النوم فجائياً بحيث ان الانسان ينتقل من حالة نشاط العمل العقلي الى السبات التام فجأة على انه ياتي غالباً بالتدرج . وكذلك اليقظة فانها قد تكون فجأة والغالب انها تاتي بالتدرج . وقد يكون النوم غير تام وهي الحالة الطبيعية المعروفة عند العامة بالسهو فيكون الانسان حينئذ بين اليقظة والنوم وقد تحدث في بعض الناس بوسائط بسيطة مجهولة عند العامة فيقال لها مسمرنم وهي الحالة التي اطنب كثيرون في العجب منها على ان ليس فيها شيء خارق العادة ولا يخفى ان للعادة عملاً عظيماً في زمن النوم واليقظة فالذي يتعود النوم في ساء.

معلومة بنام بالسهولة اذا انت وربما لم يستطع النوم قبلها او بعدها وكذلك ساعة اليقظة فانه يهبط دائماً في الزمن الذي تعود له ولو تأخرت ساعة نومه . ومن غرائب النوم ان بعض الناس اذا قصد اليقظة في ساعة معلومة يهبط عندها وهو من فعل الارادة والعادة

كمية النوم التي يحتاج اليها الانسان تختلف بحسب اختلاف السن والمزاج والعادة وقدر التعب السابق فلا يمكن اذا وضع ضابط عام لها . فان الجنين في بطن امه نائم على الدوام ثم بعد ولادته يضي اكثر زمانه في النوم وتبقى مدته النسبية طويلة زمن النمو اي ما دام عمل التركيب غالباً على عمل التحليل فاذا بلغ دور الشباب وصار العملان متساويين هبطت بالتدرج من ثلاثة ارباع اليوم والليل الى نصف ذلك ثم الى الثلث او الربع . ومن المعلوم ايضاً ان نوم الاولاد والشباب ثقيل خلافاً للادوار المتوسطة والمتقدمة من الحياة فانه يصير اخف وتنقص مدته . واما عمل المزاج فاذا كان دموياً وكان الطعام كثيراً كان النوم ايضاً كذلك وربما امتد الى عشر ساعات ويقول اصحابه انه لا يكتفهم اقل من ذلك . واذا كان عصيباً واصحابه ارقاء فنومهم اقل رغماً عن اشتداد عمل المجموع العصبي ولكنه اثقل . واذا كان لمفاوياً فخياة اصحابه بطيئة ونومهم غالباً طويل قليل الراحة . واما العادة فلها عمل عظيم في ذلك حتى ان بعض الذين تميزوا بنشاط العقل وادارة الامور العظيمة كفرنريك الكبير و نابوليون الاول والفيلسوف هنتر لم يناموا الا اربع او خمس ساعات خلافاً للعادة الاعلانية ان اصحاب الاعمال العقلية يحتاجون الى نوم طويل وان كمية النوم الواجبة تابعة غالباً لكمية الاجهاد العقلي . فاذا صُرف النظر عن هذه الكيفيات الخصوصية ربما كان الصواب ان الاولاد الى السنة السابعة يحتاجون الى ١٢ ساعة في الشتاء واقل من ذلك في الصيف وبين السنة الرابعة عشرة والسادسة عشرة من ٩ الى ١٠ ساعات ثم بعد ذلك نحو ٨ ساعات . واما النساء فان كانت اعمالهن في تدبير

البيوت وتربية الاولاد شاقة احببنا الى نوم اطول مما يحتاج اليه الرجال والاف يكون الامر بالعكس. والشيوخ يقضون قسماً كبيراً من زمانهم بالنوم غير ان نومهم خفيف متقطع وهو في كل حال مفيد لهم. وربما كان النوم في الشتاء اطول مما يكون في الصيف لطول الليل الا ان اكثر الناس يستعيضون عن هذا النقص في الفصل الحار بواسطة النوم في النهار

ولما كان اجهاد العقل من الامور التي تضعف القوى الحيوية اكثر مما تضعفها الاعمال الجسدية وجب على الذين يشغلون ادمغتهم بالاشغال العقلية ولا سيما الدرس الشديدا ان يطلبوا نوماً كافياً وربما احتاجوا الى فصل نهارهم بساعة من النوم خلافاً للذين اتعابهم جسدية فان ذلك قد يحدث فيهم ارتخاء وخمولاً فالأوفق لهم اذا اتى الليل ان يناموا حينئذ نوماً باكراً طويلاً. ومن الذين يفيدهم راحة النوم على الخصوص الضعفاء واصحاب العلل المزمنة الالية والناقهون من امراض منهكة. واما الواقعون في وهدة الحزن الذي يهدم القوة والعافية فهم اشد احتياجاً الى سلى النوم وعمله في تسكين الغم المفرط. ومن امثال الانكليز "اذا نام الحزين فلا توقظه"

وقد يُعَدَم النوم بالكلية اياماً واسابيع او شهوراً وهو ما يدل على مرض في الدماغ او يكون من الاعراض المميّزة للجنون الحادّ واحياناً للزمن وقد يكون مرضاً قائماً بنفسه. غير انه في كل حال يوجب تغلب عمل تحليل الجسد على التركيب ولا يابث ان يؤدي الى هبوط القوى العقلية والجسدية. وقد تتبع هذه النتائج عدم الكفاية من النوم لسبب تهيج الانفعالات النفسانية في اماكن الهواء الفساد او تهيج العقل بالارادة لاجل الدرس والمناظرة في مقام العلم. فينشأ من ذلك صداع وحرارة ونبضان في الراس وعسر النوم فان لم يُنتبه الى ذلك انتهى الامر الى بعض الامراض الدماغية او الحى او الجنون. وعلاج كل ذلك ظاهر وهو تخفيف العمل اذا كانت الاعراض خفيفة وتركه بالكلية اذا كانت ثقيلة مع

الرياضة الطويلة في الهواء الخارج ولا يجوز الالتجاء الى الدواء الا بعد استعمال هذه الوسائط والخبيبة منها والوقوف على رأى طبيب حاذق

زمن النوم هو الليل . فاذا حوّل الانسان الليل الى النهار والنهار الى الليل وقال انها سواء من حيث النوم بشرط الكفاية منه فانما يخالف الطبيعة باسرها . لانه يظهر من عمل النبات مدة النور ومن يقظة الحيوان ونومه بحسب ظهور الشمس وغياها ان بين النهار والعمل وبين الليل والنوم علاقة طبيعية لازمة وقد تحقّق من المشاهدة ان الذين ينامون باكراً لا ينام ضرر ولو نهضوا باكراً خلافاً للذين يسهرون الليل وينامون النهار فانهم لا يخلصون من مضار كثيرة للصحة هذا اذا لم يفقدوها بالكلية . نعم ان ليالي الشتاء طويلة فيعوز السهر فيها الى منتصفها واما في الصيف فالنوم والنهوض منه باكراً من الامور الضرورية للمعافية

وقد آلف اهل جنوبي اوربا واهل هذه البلاد عادة النوم في اواسط النهار مدة الحر وهي القيلولة عند العرب . وقال اهل الشمال انها عادة الكسل ناشئة عن الاكثار من الطعام وذهبوا الى انها مضرّة بالصحة . ولا يظهر ان لهذا القول وجهاً صحيحاً الا اذا كان في ممارستها افراط لاننا نرى الاولاد والشيوخ والضعفاء يساقون بالطبع الى النوم بعد الطعام وكذلك الحيوانات التي تاكل اللحوم سواء كانت وحشية او داجنة وهو دليل على ان هذه العادة موافقة للطبيعة لا مخالفة لها ولا سيما انها عامة عند اقوام كثيرة لا يشكو ضررها احد . غير ان لها ضرراً كبيراً من العوائد الحميدة . فان كان الغذاء خفيفاً او متوسطاً وكان النوم بعده معتدلاً في المدة اي نحو ساعة من الزمان ونهض الانسان من النوم بنشاط واغتسل وعاد الى عمله لم يكن في ذلك شيء من الاذى بل الغالب جداً انه يوجب الراحة وياوّل الى حسن الهضم والصحة . ولكن اذا افراط في الاكل واطال النوم ونهض خاملاً متكاسلاً عن مباشرة اعماله كان الضرر واضحاً وربما اورث عسر الهضم

واعتقال الامعاء والميل الى البطالة الذميمة . والقاعدة العامة في هذه العادة وغيرها ان الانسان يضبط نفسه ويستولى عليها بحيث يجعلها خادمة مفيدة له لا مملكة تتسلط عليه وتسوقه الى الضرر

الظواهر الطبيعية التي ترافق النوم هي نقص سرعة الدورة الدموية وبطء التنفس وقلة الافراز الا العرق فانه يدوم بواسطة طبقة الهواء الحار المتوسطة بين الجلد والغطاء . وينقص توليد الحرارة الحيوانية فيصير الانسان اشد حساً للبرد ولذلك يحتاج الى التدفئة بالغطاء . ومما يؤول الى جودة النوم ابعاد المنبهات الاعتيادية للاعضاء فيجذب النور عن العينين وتمنع الاصوات المزعجة عن الاذنين ويحجز الهواء البارد عن الهبوب على الوجه والجسد واسراعه للدورة الدموية ويحافظ على حرارة الجلد بالغطاء المناسب . وزعم البعض ان اغلاق الشبايك في الليل واحاطة السرير بالناموسيات مضر لانه يحجز في غرفة النوم الحامض الكربونيك الخارج من الرئتين فلا يتبدل بهواء نقي جارٍ في المكان ولذلك قالوا ان عادة القوم من هذا القبيل رديئة ولو في البلاد الباردة وانه يجب فتح النوافذ في الليل واعدام الناموسيات على الاطلاق . ولا ريب ان في هذا الكلام غلوا لان الانسان لا ينفق من الاكسجين مدة النوم ما ينفق مدة اليقظة فلا يحتاج الى الكمية الاعتيادية من الهواء وهو لا يولد من الحرارة مدة النوم ما يولده مدة اليقظة فيضطر الى الدفء بواسطة الغطاء ومنع الهواء البارد عنه . ولنا دليل على ذلك مما نشاهده في الحيوانات فان اكثر الطيور تجتمع في الليل وتضع رؤوسها تحت اجنحتها منعاً للهواء ويفعل الغنم وغيرها من الحيوانات مثل ذلك طلباً للدفء وحجز الهواء . ياتلف بالاعطشة وفي زمن البرد يضع الاولاد رؤوسهم تحت الغطاء . غير انه اذا كان في هذا القول بعض التطرف نرى كثيرين من اهل هذه البلاد يتطرفون من الجهة الاخرى لانهم يزدحمون في غرفة واحدة ويجزؤون كل منفذ للهواء ويتغطأون بالاعطشة السميكة فيجب الاعتدال في كل ذلك كما سيأتي

ليس لكمية الدفء الذي يحتاج اليه من الفراش والغطاء ضابط واحد يصح لجميع الناس لان البعض يحتاجون الى الغطاء اكثر من غيرهم وانما الغالب ان الناس يميلون الى زيادة الغطاء وتهييج زيادة الحرارة وهو مما يؤدي الى تعب في النوم وارق. فاذا شعر الانسان بشيء من ذلك وجد راحة تامة اذا نهض من الفراش ومشى قليلاً ونفض اثواب نومه الى ان يشعر بشيء من البرد ثم يعود الى الفراش فينام في الحال الا اذا اقتضى الامر تنقيص كمية الغطاء. واما الفراش فبعض الناس يختار القاسي منه بناءً على انه انفع والبعض يختار اللين كفراش الريش لما فيه من الدفء والراحة للجسد وقد اصطلح اهل هذه البلاد على فراش الصوف وهو معتدل بينهما فاذا اراد احد ان يتقن الامر اكثر من ذلك وجب عليه ان يفضل القاسي كفراش الشعر على سرير من زنبرك في الصيف وفراش الريش في الشتاء. واما العساكر وقوادهم الذين يقصدون اكتساب القوة العضلية والتبرين على خشونة المعيشة لاجل تسهيل حياتهم الحربية فيختارون الفراش القاسي او يضطرون اليه. وبعض القواد الشهيرين يلزمون ذلك ابداً ولو رجعوا الى بيوتهم وتيسرت لهم اسباب الراحة

واذا كانت غرفة النوم كبيرة لعدد الذين ينامون فيها وكان الفصل بارداً فتسد النوافذ في الليل ويحجز الهواء عنها الا ما دخل من الشقوق فانه كافٍ لتبديل الهواء. ولكن اذا كان الفصل حاراً او كان عدد الذين ينامون فيها كبيراً لها وجب ابقاء الباب وشباك من الشبايك او اكثر مفتوحةً ولا سيما في المستشفيات وقسل العسكر. ومن عوائد هذه البلاد ازدحام النيام في غرفة واحدة طلباً للانس الاهلي وربما نشأت هذه العادة في اول الامر من صغر المساكن واما الآن فقد تعلم الناس فائدة الدور الواسعة واكثرهم غير مضطر للازدحام المذكور فيجب رفقهم في الغرفات. ويجب تبديل هوائها مدة النهار وتعريضها لعل نور الشمس ونشر الشراشف في الهواء على ما سبق في فصل المساكن. ومن المدوح ان تكون

غرفة النوم في الطبقة العالية من البيت معرضة الى الجهة الجنوبية جافة قليلة الاثاث والمفروشات

ولحالة الجسد عمل عظيم في صحة النوم . ولذلك يجب ان تكون وظائف في حال الراحة ما امكن فيجتنب كل تهيج للدورة الدموية والحواس والقوى العقلية قبل دخول الفراش للنوم . ويجب ان تكون المعدة قد فرغت من الهضم ولكن قبل حدوث الجوع . وبعض الناس ياكلون اكلاً خفيفاً قبل النوم في ليالي الشتاء الطويلة غير انها عادة ردية غالباً الا اذا كان الشخص ضعيفاً محتاجاً الى تكرير الغذاء وكان الطعام خفيفاً . وما يأول الى صحة النوم ايضاً هدوء العقل فاذا كان منهجياً من اللعب والهوا او من افراط التفكير ولا سيما في البيوت المحصورة الحارة وجب المشي في الهواء الخارج نحو نصف ساعة واذا لم يمكن ذلك فيقرأ كتاب فكه للتسلية الى ان يسكن التهيج العقلي ويبقي النعاس . واذا حدث ارق فربما زال بواسطة القراءة مع الاضجاع في الفراش واستعمال الوسيلة المذكورة سابقاً وهي ان ينمض الانسان وينفض اثواب نومه في الهواء ويعرض الفراش للهواء فتبرد جسده واثوابه وفراشه عاد الى النوم وربما احتاج الى تخفيف الغطاء وبعض الموسرين يضع سريرين في غرفة نومه لينقل من الواحد الى الآخر اذا اقتضى الحال . وان نشأ عدم النوم من تعب المعدة الذي كثيراً ما يحدث من زيادة الامتلاء من الطعام او تاخير عن ساعته المألوفة فيجب الصبر واستعمال الرياضة الخفيفة او اخذ شيء من الادوية البسيطة ككربونات الصودا الى ان يزول المانع للنوم

غير ان افضل الوسائل لنوال لذة النوم الصحي هو الطاعة لنواميس الطبيعة في ما يتعلق بتدبير الصحة العام لاستعمال الوسائل الاصطناعية . واخص هذه الوسائل اولاً النهوض باكراً من النوم لانه لا ياتي بفوائد مادية فقط كفراغ الصباح ورياسة العقل للدرس والاشغال العقلية او الخروج الى الهواء والتمتع بالرياضة بل

يسوق الى حدوث النوم وجودته في الليل مع ما يتبعه من صحة الجسد والعقل .
 ثانيًا ضبط ساعات الطعام وكميته وتعيين ساعة النوم . ثالثًا رياضة كافية في الهواء
 عند المساء او قبل النوم . رابعًا راحة البال الناشئة من ان الانسان قد قام بواجبات
 ذلك اليوم بالنشاط والامانة لله وللناس ولم يترك الى الغد ما يستطيع عمله اليوم .
 فان سلامة الضمير والاعتقاد بمجودة العناية الالهية من اعظم الامور التي تؤدي الى
 نعيم النوم وصحة الجسد

واما الاحلام ففي ما مضى كان الكلام على النوم من حيث كونه حالة يفقد فيها
 الشعور فقدًا تامًا غير انه مع فقد الشعور بالاشياء الخارجة قد يصحب ذلك عمل
 عقلي نحس به حينئذٍ وربما ذكرناه عند اليقظة ذكرًا تامًا او جزئيًا وهو الحلم . والظاهر
 ان اخص ما يتميز به هذه الحالة الحلمية توقف سلطة الارادة على سياق الفكر توقفًا
 تامًا بحيث ان اعمال العقل تجري حينئذٍ بدون قوة تضبطها فتكون احيانًا
 منتظمة على اسلوب مرتب وغالبًا يعقب بعضها بعضًا على نوع غريب وبلا ارتباط
 بينها . فاذا جرت على وجه منتظم كان سبب ذلك عادة ان العقل يتناول سياقًا
 من الافكار كان قد اشتغل به مدة اليقظة في زمن سابق قريب العهد وبما ان
 العقل يكون حينئذٍ خاليًا من العوامل الخارجية التي من شأنها ان تبيلة فربما اتى
 في الحلم بريافة الفكر وجودته ما لا ياتي به في اليقظة . وقال بعض العلماء انهم حلوا
 مشاكل حسائية في الحلم كانوا قد اشتغلوا بها في اليقظة وعجزوا عنها وانهم انهموا
 تأليفًا في النظم والشره نيام . غير ان هذا من النوادر لان الغالب جدًا هو عدم
 الارتباط بين الافكار التي تشغل العقل حينئذٍ وغرابة عجيبة في الصور العقلية التي
 تركبها الخيلة . غير اننا لا نستغرب شيئًا ونحن في الحلم فترى الموتى احياء ونكالم
 الفلاسفة القدماء ونشاهد اصدقاءنا ولو كانوا في اباعد الارض او اننا ننتقل اليهم
 ونحن لا نشعر ببعد المسافة التي تفصلنا عنهم ونبصر حوادث او نعمل اعمالًا بلا
 خوف لو ابصرناها او عملناها في اليقظة لازعجنا ازعاجًا لا يوصف

ومن غرائب الاحلام سرعة جري الافكار في العقل لان ما نراه حينئذ من
 الحوادث والصور الخيالية التي ربما امتدت اعواماً لا يشغل بال الحقيقة اكثر من
 بضع دقائق او ثوانٍ. والظاهر انه لا يوجد حد لما يمر في العقل من الافكار في مدة
 لا تقبل القياس اشده قصرها كما نرى بل اريب من ان الحلم الذي يتركب من
 حوادث كثيرة متتابعة قد نشأ من صوت ابقاظ النائم بحيث ان كل ذلك قد
 اشغل برهة الانتقال القصيرة جداً من حالة النوم السابقة الى حالة اليقظة النامة .
 وبناءً على ذلك زعم البعض ان زمن الحلم محصور في المدة المذكورة اي مدة الانتقال
 من النوم الى اليقظة وهو مخالف لما يشاهد من تغيير هيئة الوجه وكلام النوم الذي
 كثيراً ما يدل على سير الحلم ونوعه . غير انه يظهر ان ما يذكره الانسان من الحلم
 هو ما يحدث في تلك المدة وانه اذا كان بعيداً عنها فيكون اقرب الى النسيان . ومن
 الامور الغريبة بهذا الشأن ان النائم يعرف احياناً انه يبصر حلماً وربما اطالة اذا
 كان لذيذاً او قصراً اذا كان مزعجاً وهو ما يدل على عدم فقد قوة الارادة بالكلية
 في بعض الحالات الحلمية

واما ما يتعلق من الصحة بالحلم فغاية ما يقال في هذا الشأن ان نوع الحلم تابع
 لحالة الصحة في ذلك الوقت والافكار السابقة وبعض كيفيات محيطته بالنائم كراحة
 الفراش ووضع الجسد وهدوء الاصوات وتقاوة الهواء . فمن اراد ان يرى احلاماً
 انذيرة وجب عليه مراعاة هذه الامور البسيطة التي لا تحتاج الى اسهاب

القسم الثاني

في

الامراض الغالبة وتديرها عند غياب الطبيب

—xox—

اكثر هذا القسم مأخوذ عن كتاب حديث للطبيب المجترال مور من اطباء الجيش الانكليزي الهندي اجازته الدولة عليه وطبعته بنفقتها لاجل فائدة الشعب الانكليزي الذين يسكنون تلك المملكة. فاني لما رايتُه فريداً في بابه على غاية ما يكون من البساطة والمناسبة لفهم العامة جعلته قاعدة لهذا القسم من الكتاب وكثيراً ما نقلت نقلاً حرفياً عن كلام المصنف. وقد بذلت جهدي في سبيل التوضيح وتحاشيت عن كل ما من شأنه ان يشوش عقل المطالع او يؤدي الى استعمال الادوية القوية التي لا يجوز التصرف بها غالباً الا للطبيب فقط. ولم يُقصِد به استغناء العوام عن الاطباء وانما اردت به ما يكون بين ايديهم دليلاً اميناً الى معرفة عامة بما يحدث في بيوتهم من الامراض والافات وتديرها الى ان يحضر طبيب العائلة. وقد اتبعت ترتيب الحروف الهجائية في ذكر الامراض ووضعت لها فهرساً خاصاً في اخر الكتاب تسهلاً للمراجعة عند الاقتضاء.

—xox—

الأذن (امراضها)

اف الاذن اجتماع المادة الشمعية فيها الذي يسبب شيئاً من الصم وقد يسبب سعالاً. وتترع المادة المذكورة بواسطة وضع نقطة او نقطتين من زيت الزيتون في

الاذن قبل النوم وحقنها بالماء الفاتر في الصباح التالي
نفاط الاذن نفاط على جلد الاذن او خلفها يصيب الاطفال مدة التسنين
غالباً وهو لا يحتاج عادةً الا الى النظافة والتدهين بالزيت او الكليسرين او مرهم
اكسيد التوتيا

وجع الاذن ألم عصبي حاد يمتد على الراس والوجه ويحدث من مجرى
هواء بارد او من سن مغشور. وهو يتميز عن الألم الذي يصاحب التهاب الاذن
بسرعة ظهوره وعدم وجود الحمى وعدم كونه نابضاً. ويعالج بالمسهلات وقمحنين من
الكينا كل اربع ساعات. ويجوز وضع خردلية وراء الاذن او ليخ حارة او بصلة
مشوية حارة في كيس على الاذن وتجنب الوضعيات الباردة

التهاب الاذن. قد يمتد الالتهاب من القناة الظاهرة الى باطن الاذن او
بالعكس. فان كان مجلسة القناة الظاهرة كان الألم ناخساً يزيد عند الحركة او
مضغ الطعام ويشعر بحرارة وجفاف في الاذن. ثم بعد يوم او يومين يخرج منها مادة
مائية او صديدية. ويعالج بتنطيل الاذن بمغلي الخشخاش والمسهلات والليخ الحارة
ووضع خمس علفات بقرب الاذن. ومتى ظهر اللز منها يُحقن الصاخ السمي بالماء
الفاتر مرتين او ثلاث مرات في اليوم. وان كانت الاذن الباطنة مجلس الالتهاب
فتكون الاعراض ثقيلة والألم نابضاً والحمى شديدة وبعد دوام النبضان يوماً او
يومين تنفجر طبلة الاذن ويخرج الصديد وربما عقب ذلك الصم الدائم. ويعالج
بالعاق مكرراً والمسهلات القوية والنطول الحارة

التهاب الاذن المزمن يحدث غالباً من امتداد الالتهاب الحاد ومتى تمكن
صار شفاؤه عسراً. واعراضه نز مستمر مصحوب بشيء من الألم والصم ويشعر
المصاب كأن نقطة ماء في اذنه على الدوام ويسمع اصواتاً مختلفة. ويعالج بالنظافة التامة
وحقن الاذن كل يوم بالماء الفاتر بلطف ثم يحتن قابضة كخمس قمحات من
كبريتات التوتيا في ١٠٠ درهم ماء. ويفيد استعمال زيت السمك شرباً اذا كان

هناك ضعف في البنية ووضع حراقات صغيرة وراء الاذن . ومع ذلك يجب على المصاب به تجنب مجاري الهواء وتنشيف الاذن بعد غسلها ووضع قليل من القطن في فتحتها لمنع عمل الهواء البارد فيها والمعيشة الموافقة لشروط الصحة

الطرش مختلف الدرجة من ثقل خفيف في السمع الى الصمم التام . واسبابه اما اجتماع الشمع في الاذن او الالتهاب وعواقبه او تضخم اللوزتين او مرض في عصب السمع حادث من لطة او صدمة او صوت قاصف . وقد يكون ناشئاً من عمل بعض الحميات الخبيثة او من تاثير كميات كبيرة من الكينا او من ضعف عام او من مرض في الدماغ . ويعالج بحسب نوعه وسببه . واكثر الوسائط الموضعية فائدة المصرفات وراء الاذن كصبغة اليود التي تطلّى بقلم من الشعر مرة في اليوم والحاراريق . واذا كان السبب تضخم اللوزتين ربما وجب قطع قسم منها بعمل جراحي . واذا كان من ضعف عصبي تُعطى المقويات والطعام المغذي . وفي الاحوال المستعصية تستعمل آلة لجمع التموجات الصوتية وتوجيهها الى باطن الاذن يقال لها القرن او البوق السمعي . ويجب الوقوف على رأي الطبيب من اول الامر

الأرق

الأرق حالة مزعجة جداً تُفقد فيها شهوة النوم او القدرة عليه وهو عرض لامراض كثيرة ومن اخص اعراض هذيان السكرارى والتسم المزمن بالكحول اى المادة الفاعلة في المشروبات المسكرة . واذا لم يكن عرضاً لمرض خاص كان سببه سوء الهضم او الهم الشديد او التهيج العقلي او الافراط في تدخين التبغ وشرب القهوة والشاي او قلة الرياضة او حرّ الغرفة او الفراش . ولذلك يعالج الأرق بحسب السبب الذي اوجبه فان كان من سوء الهضم فلا يجوز النوم قبل حدوث الهضم ويجنب التبغ والقهوة والشاي في المساء . ويجب تعوّد ساعات معلومة للنوم والرياضة حتى التعب وصرف اعمال النهار من العقل واجتناب قراءة الكتب المهيجة . ويجب

تهوئة غرفة النوم ويخفف الغطاء ان كان ثقيلاً ويشرب كأس ماء بارد قبل الرقاد . واما الادوية التي تحدث النوم كعشرين قحمة من هدرات الكلورال مع فنجائين ماء فلا يجوز استعمالها الا نادراً وعند الاقتضاء الشد يدائلاً يتعودها الانسان فلا يستطيع النوم بدونها . اذا طال الارق اياماً أدى الى الضعف وقلق العقل والهيبوخندربا اي السوداء وربما كان عرضاً منذراً ببعض انواع الجنون

تشقق الاست

هي غالباً شق واحد واقع عند اتصال الجلد بالمعى وممتد الى الباطن . وسببه القبض المستمر وخروج قطع كبيرة من الفرث الصلب وكثيراً ما يصاحب البواسير . اخص اعراضه الم شديد عند التغوط ربما دام ساعات كثيرة . وكثيراً ما يكون الغائط متلطخاً بالدم . واذا كان الشق غائراً كبيراً فقد يحدث نزف كلما عمل المعى . وتشنع غالباً العضلة العاصرة المحيطة بالاست فتسبب الماً شديداً . علاجه بالمليينات الخفيفة كالمياه المعدنية والحقن بالماء الفاتر او بالماء والحامض الكربوليك والكي بنترات الفضة المعروف بمحجر جهنم . غير انه اذا كان الشق غائراً كبيراً وجب له عمل جراحي

الاستسقاء

ليس الاستسقاء غالباً مرضاً قائماً بنفسه بل هو قسم او عرض من مرض اخر . وهو عبارة عن ارتشاج القسم المائى من الدم من جدران الاوردة في التسج الخلوي تحت الجلد او في بعض تجاويف الجسد . وسبب هذا الارتشاج عاقبة الدورة الدموية لعل ما بحيث ان الاوردة تمتد من اجتماع الدم فيها فينفذ السائل من جدرانها الى الاجزاء المجاورة . واكثر حدوثه في البطن والطرفين السفليين . واما اسبابه فمن التعرض للبرد او من مرض في الكبد او الطحال او القلب او الكليتين

فان كان سببه البرد فيقال له الاستسقاء الحمي ويعالج بالحمام البخاري او الحمام الحار والمساهل المحمية التي تسبب برازا مائيا كعشرة دراهم من ملح الطرطير كل يوم او يومين والمدرات للبول كنصف درهم من روح ملح البارود المحلومع فنجاني ماء كل اربع ساعات والمعرقات كخمس قمحات من مسحوق دوفر ثلاث مرات في اليوم . وان كان سببه مرض القلب فيبدأ الاستسقاء في الرجلين واليدين ويمتد الى جميع الجسد . وان كان من علة في الكبد او الطحال فيرشح السائل في التجويف البطني ويقال له حينئذ الاستسقاء البطني او الزقي وكثيرا ما يصاحبه او يعقبه استسقاء الطرفين السفليين . واما علاج هذه العلل فمن متعلقات الطبيب على انه يجوز استعمال الوسائط المذكورة آنفا لاجل تطهير المرض ولراحة العليل ولا سيما المياه المعدنية المسهلة كياه كرلسباد والمساهل المحمية كملح الطرطير كل يوم او يومين بحسب طاقة المريض

الاسقربوط

الاسقربوط علة ناشئة من قلة المواد النباتية في الطعام والافتقار على طعام واحد زمنا طويلا . وهي ما يصيب النوتية في اسفارهم الطويلة وانقطاعهم عن الخضّر والبقول والفواكه ولكنه يظهر احيانا بين سكان اليابسة اذا حدثت الاسباب المذكورة وكانت المساكن مظلمة غير مكشوفة لنور الشمس . اعراضه تعب عام ووجع في الاعضاء وورم اللثة والمها ونزف الدم منها عند المس وربما تخرجت الاسنان وصار النفس كريه الرائحة . ثم متى تمكن المرض ظهرت بقع زرقاء كانها رضأت في اقسام مختلفة من الجسد وربما ورمت المفاصل وحدث هزال عام واستسقاء جلدي واسهال . وعلاجه اكل الخضّر والبقول والفواكه واللحم الطري وعصير الليمون وربما وجب استعمال المنبهات الروحية والمقويات

الاسنان (وجعها)

وجع الاسنان ينشأ غالباً من تهيج او التهاب العصب الذي يُكشَف بواسطة فخر السن. ويبدأ الفخر دائماً من ظاهر السن الى باطنه وكثيراً ما يكون ذلك خفياً لا يشعر به الا عند حدوث الالم. ولذلك يجب النظر الى الاسنان مرتين او اكثر في السنة حتى اذا كان شيء من ذلك عولج عند طبيب الاسنان من اول الامر قبل بلوغه درجة لاشفاء لها الا الفلج. وقد يكون الوجع ناشئاً من مرض في جذر السن المغروس في الفك لافي الناحج البارز ويصحبه غالباً حينئذ دمل في اللثة. وقد يكون عصبياً والاسنان سليمة فيشفي بواسطة المساهل وكميات صغيرة من الكينا. اذا كان الفخر كبيراً والالم شديداً ينشَف التجويف بقطعة نسل او قطن ثم يُحشى بمزيج مؤلف من قهقه كافور وقهقه افيون او ينقط من الكريوسوت او الكلوروفورم او صبغة الافيون او زيت النعنع على قطعة قطن ويُحشى التجويف بها. وربما نَح وضع قطعة قطن في الاذن مبلولة بالكلوروفورم او بدونه. ومن الوسائط المفيدة مزيج ثلاث نقط من الكريوسوت ونقطتين من الكلوديون بوضع في باطن التجويف فيجف ويصير كتلة صلبة تقي الحبل من الهواء وتزيل الالم. او يحشى بقطعة شمع. غير انه اذا كان الفخر متقدماً لا يتدبر بواسطة الحشي عند طبيب الاسنان وكان الالم متردداً فلا بد من قلع السن المأوف

الاسهال

اذا لم يكن الاسهال قسماً او عرضاً لمرض آخر فيكون سببه اما من طعام غير منضم او من برد. فان حدث من السبب الاول كاكل الفواكه غير الناضجة او الاكثر من الناضجة او الاطعمة الضخمة فيكون الاسهال عملاً طبيعياً لتذف المواد الحريفة من الامعاء فلا يجوز قطعه وانما يمسك عن الطعام. وان كان مصحوباً بغص

فيعطى جرعة من زيت الخروع وتعاد اذا اقتضى الحال . وان كان هناك قي توضع
خردلية على المعدة وان كان المغص شديداً تمتد على جميع البطن . وفي كل حال
لا بد من الانقطاع عن الطعام او الاقتصار على قدح حليب حار كل ثلاث
ساعات . وان حدث الاسهال عن التعرض لهواء الليل الرطب فيعالج كما سبق
واذا طال وزال المغص بالكلية يجوز اعطاء عشر نقط من صبغة الافيون ويعاد
اذا اوجب الامر

اسهال الاطفال

يجب ان يخرج الطفل ثلاث او اربع مرات في اليوم وان يكون برازه لبناً
اصفر اللون خالياً من الرائحة الننتة والحامضة . واما الاسهال فيهم فاغلب اسبابه
التسنين والمواد الحريفة في الامعاء كالطعام غير المضموم والدود . وكثيراً ما يصحبه
القيء والرج والمغص الذي يستدل عليه من بكاء الطفل وقبض رجليه نحو بطنه
عند حدوث الالم . ومتى كان البراز اصفر كان الاسهال بسيطاً . ومتى كان اخضر
ورائحته حامضة ومعه كتل بيضاء متجمدة من اللبن الذي لم يهضم او مخاط فذلك
يدل على تهيج معوي . وان كان ابيض فيكون الكبد غير عامل . ومتى كان هناك
مخاط ودم فيكون الاسهال من النوع الدوسنتاري

العلاج . القاعدة الغالبة عدم قطع الاسهال دفعة واحدة ولا سيما في مدة بروز
الاسنان لانه يكون حينئذ مفيداً . فان كان الاسهال خفيفاً ولون البراز طبيعياً
فالأولى تركه . وان كان شديداً فيعطى من نصف ملعقة الى ملعقة من زيت
الخروع لاجل تنظيف الامعاء من المواد الحريفة . وان كانت رائحته حامضة فيعطى
مقادير صغيرة من المغنيسيا او ماء الكلس . وان تضمن خثراً الحليب بكثرة وكان
الاسهال مفرطاً يُبدل الحليب بمرق اللحم او الدجاج بعد نزع الدهن عن سطحه .
ومن انسب الادوية واسلمها عاقبة في جميع انواع الاسهال الحاد مسحوق

غريغوريوس الانكليزي وهو مركب من الراوند والمغنيسيا والزنجبيل فيعطى منه من قحجين الى ثلاث كل ساعتين او اربع ساعات الى ان يصير البراز طبيعياً .
وان كانت الشدة واردة فتشق . واذا طال الاسهال ووجب قطعه فمن الادوية البسيطة الفعالة كربونات البزموت واكسيد التوتيا يعطى من واحد منها فقط من قحجين الى خمس قححات كل ثلاث ساعات

الاغماء

اسباب الاغماء خروج الدم من الجسد كما يحدث في الجروح والخوف والطمبات على المعدة والالم الشديد والاخبار الفجائية بما فيه شديد الحزن او الفرح وربما نشأ من روائح او اصوات ردية . واكثر المعرضين له النساء والشبان الذين مزاجهم عصبي . واعراضه دوار الراس واصفرار الوجه اولاً ثم غيبوبة الوعي وضعف النبض واتساع الحديقة وارتخاء الاطراف وضعف التنفس وبياض الوجه . وعلاجه ان يُلقى المريض على ظهره في الحال بلا اهامال ويرش وجهه بالماء البارد او يُسكب عليه وتفتح الشبايك والابواب لاجل دخول الهواء وتُفرك البدان والرجلان وتحرق ريشة دجاج بقرب انفه . واذا طاك الاغماء توضع خردلية على جهة القلب ومتى استطاع المريض البلع يعطى قليل من الخمر والعرق . ويمنع الاغماء بالاستلقاء على الظهر عند اول ظهور الاعراض . ويحتاج المعرضون له غالباً المقويات والرياضة واجتناب قبض الامعاء

الالتهاب

يراد بالالتهاب زيادة غير طبيعية في العمل الحيوي في قسم من اقسام الجسد بكثر فيه الدم والحس وبصاحبة الحرارة والورم والاحمرار والالم . اشد الالتهاب خطراً ما اصاب الاعضاء الباطنة . وتشارك كل الطبيعة القسم المصاب فتتسبب الحمى

وسرعة النبض وارتفاع الحرارة واحمرار البول وقبض الامعاء. واذا دام الالتهاب رشح من الدم في القسم المتهب سائل مصلي يتحول الى صديد فيتكون من ذلك خراجة. وعند تكوين الصديد يصير الوجع نابضاً وترافق بدايته غالباً بشعريرة. في اول الامر يوضع العلق على محل الالتهاب واذا كان مما يمكن الوصول اليه يغطى بخرقه مبلولة بماء بارد وفوقها قطعة من الحرير المزيت ويعطى المريض مسهلاً ثم نقطتين من صبغة الاكونيت كل ساعتين واذا اخذ الصديد في التكوين فتوضع ليج حارة ومتى لان الورم وظهر توج السائل عند السطح تفتح الخراجة بالمبضع وتستخرج الصديد

الامعاء (امراضها)

التهاب الامعاء. يتميز بحجى والم دائم في البطن يزيد عند الضغط فيستلقي المريض على ظهره ويرفع ركبتيه ويأبى الحركة خوفاً من الألم. ويصحب هذه الاعراض غالباً القبض والغثيان او القيء واذا تقدمت العلة نحو الموت ينتفخ البطن وتبرد الاطراف ويحدث عرق بارد على جميع سطح الجسد وتكش السحمة. واسبابه التعرض للبرد ولا سيما كشف البطن وجري الهواء البارد عليه. وقد ينشأ من لطفة على البطن او عن جسم مهيج مستقر في باطن الامعاء ويحدث احياناً في مدة سير بعض الحميات. وعلاجه بوضع العلق على البطن والليج الحارة والحقن بالماء الفاتر والصابون كل يوم ولا يجوز اعطاء مسهل الا اذا سبق العلة قبض الامعاء فيجوز استعمال زيت الخروج عند بداية الامر. ولا يجوز من الطعام الا انواع المرق

سد الامعاء عبارة عن قبضها مع مغص بطني ويتبع ذلك قيء والم وتدد في الامعاء. وكثيراً ما يشاهد ورم صلب في بعض جهات البطن مؤلم عند اللمس وعلاجه اولاً مسهل من زيت الخروج ويعان ذلك بالحقن بماء الحَبَّازي الفاتر فاذا لم يحصل فائدة من ذلك يعطى عشرين قسمة من هيدرات الكلورال ثلاث

مرات في اليوم ويحقن بالماء الفاتر مرات كثيرة في اليوم. ويوضع العلقى على المحل المتالم وتستعمل المغاطس بالماء الحار او الفاتر. ولا يعطى من الطعام الا المرق. واذا كان هناك عطش شديد او في مفعطى قطع من الثلج. واذا دام الحال لا يتجوز المساهل بل يعطى من الافيون نحو نصف فيحة كل ساعتين او اربع ساعات. وعند النفاهة يجب الانتباه الى كون الطعام لطيفاً والامعاء متليئة

هبوط المفعدة. هي علة كثيراً ما نصيب الاولاد ولا سيما في الاسهال المزمن فيخرج بعض المستقيم على هيئة بروز احمر يرتد احياناً من تلقاء نفسه ولا يرتد غالباً الا بدفع المعاء الى الباطن باليد. العلاج يقوم بالنظر الى السبب فان كان القبض او الاسهال يعالج حسب مقتضى الحال وان كان الاسترخاء والضعف فتعطي المتويات ويفيد الفسل بماء البحر اذا سمح الفصل بذلك. وكثيراً ما رأيت هذه العلة تشفى برد المعى بواسطة منشفة مبلولة بالماء البارد ثم بضغطها على المفعدة وابقائها هناك بالحفاظ الاعيادي مع تقوية الطفل ومراعاة الطعام

البثرة الخبيثة

تبدأ البثرة الخبيثة على هيئة نقطة صغيرة حمراء كلسعة البعوضة ثم تظهر حويصلة صغيرة تمتد بسرعة الى الاجزاء المجاورة ويسود لوننها وتلتهب الغدد اللفافية ويفسد النفس وربما مات العليل من نسم الدم. وسببها انتقال مادة سامة من الحيوانات الى الانسان اما بواسطة اكل لحومها او بواسطة الحوام التي تحلبها من الحيوان المصاب وتلقيها في جلد السليم. ولما كانت هذه العلة شديدة الخطر وجب تشخيصها والاعشاء بها من اول الامر واما علاجها فيقوم خاصة بالشق والكي بالنار او غيرها من الكاويات الفعالة

البروستاتا (امراضها)

البروستاتا غدة محيطة ببداية مجرى البول عند عنق المثانة. ومن امراضها

الالتهاب وعلاماته ألم في العجان يشتد عند ضغطه بالاصبع وعند النفوط والتبول وحى وقبض الامعاء. وقد ينتهي الى تكوين خراجة تفتح الى المستقيم او مجرى البول او العجان. وعلاجه العلق على العجان او الاست والنج الحارة والمغاطس الفاترة وتلين الامعاء وملازمة الفراش. ومن امراضها ايضا التضخم الذي يحدث غالباً بعد العمر المتوسط ويتميز ببطء وعسر التبول مع ثقل وزحير بحيث ان المريض يتوهم انه مصاب بالبواسير. ثم تتهيج المثانة ويكثر طلب التبول غير ان تضخم الغدة يمنع تفريغ المثانة تفريغاً كاملاً فيبقى فيها جانب من البول وينسد ويصير نشادرياً ويسبب التهاباً مزمناً في المثانة (انظر المثانة). وبعد ذلك يصير البول مشحوناً بمخاط لزج يتعلق بقاع الوعاء وربما تخضب بالدم. وكثيراً ما ينتهي المرض بحبس البول والتهاب الكلية وانحطاط القوة. واذ كان يلتبس بالحصاة المثانية والتضييق الجروي فلا بد من الاستفصاء الكافي عند احد المهرة من الاطباء او الجراحين. والبرء من هذه العلة نادر وانما يؤخر سيرها بواسطة انتظام المعيشة واجتناب البرد والتعب والافراط في الجماع مع تليين الامعاء

بصق الدم

الدم الذي يخرج من الفم ياتي من مواضع مختلفة. فاذا اتى من الحلق او اللوزتين كان السبب خفيفاً والدم قليلاً فلا يحتاج الى علاج خاص. واذا خرج من اللثة في مرض كالاسقربوط يعالج حسب مقتضى الحال. واذا خرج من سنخ سن مقلوع فيمشی السنخ بقطعة نسل ويطبق الفم ويرفد الفك السفلي على العلوي او يعاد السن المقلوع الى مكانه ليضغط محل الترف. وان كان من الرئة فيخرج الدم مع السعال وربما صاحبه ألم في الصدر وكان من اعراض السل الرئوي. فيجب عند ذلك لزوم الراحة التامة ومص التلج او شرب الليونادا المثجة واذا دام واشتد فيحضر الطبيب

ويجب التمييز بين خروج الدم من الرئتين مع السعال وخروجه من المعدة مع القيء . فاذا كان من المعدة كان سببه غالباً قرحة فيها امتدت الى وعاء دموي ويكون لون الدم حينئذ اسود بلون رسوب التهمة . ويسبقه غالباً ألم ونعيب في المعدة ودوار في الراس . وربما كان ناشئاً عن مرض في الكبد او الطحال وعلاجه مص الثلج والانتقطاع عن الطعام الا فنجان من الحليب او المرق كل ثلاث ساعات الى ان يحضر الطبيب

الخنزيرية (البنية)

هي بنية معتلة من الجسد غالباً موروثه وكثيراً ما يدل عليها رسوم ظاهرة . وتقسّم الرسوم المذكورة الى نوعين الاول الاسمر وهو يتميز بسواد الشعر وخشونته وسماكة الشفة العليا واتساع المنخرين وعدم المناسبة في شكل اليدين والجسد والاطراف . ويكون الولد المتميز بهذه البنية عرضة لتضخم غدد العنق التي كثيراً ما تنتهي الى التقيح وتضخم اللوزين ونزّ الاذنين واوراجاع العين والمفاصل وبعض الامراض الجلدية . والثاني الابيض الذي يتميز برقة الجلد وصفاء اللون واحمرار الخدين والشفتين وزرقة العينين ولعائهما واتساع الحدقتين وطول الاهداب ونعومة الشعر وظهور الاوردة تحت الجلد وحقن العقل وهو ما تجتمع فيه الصفات التي تعدّ جالاً عند البعض . والاولاد التي هذه هي صفاتهم الطبيعية عرضة للهلزال والتهاب الشعب والتهاب الدماغ والسل الرئوي . واسباب البنية المذكورة الفقر والرطوبة وفساد الهواء ونسل السكرى والمصابين بالداء الزهري وزيجة الاقربا . والوسائط التي تصلحها جودة الهواء والطعام والرياضة وزيت السمك واستحضارات اليود والحد يد والاستحمام بماء البحر

البواسير

البواسير اورام صغيرة تظهر عند الاست اما الى الظاهر او الى الباطن منه

وانذلك تقسم الى ظاهرة وباطنة وقد يكون عددها واحداً او كثيراً . وتظهر اولاً مدة قصيرة ثم تخفي زمناً طويلاً ثم تعود مرة اخرى وتسبب حرارةً والمأ عند المتعدة ويصحب ذلك احياناً نزف دموي . واخيراً تصير مسهرة فتحدث ثقباً ونعياً في الاسفل والمأ في الصلب او انهما تلهب وترم ويسيل منها الدم وربما سببت المأ وزحيراً عند التغوط ونهيجاً في المثانة . وكثيراً ما تؤدي الى شقوق او قروح في الاست . وفي النساء ينشأ من البواسير وجع الظهر او افراز مخاطي وضعف وخفقان لا يعرف علاجها الا اذا عرفت السبب وربما حدثت جميع هذه الاعراض من باسور صغير باطني مجهول الوجود . واخص الاعراض المزعجة الألم والنزف الدموي الذي يحدث غالباً بعد الخروج ويغطي الغائط ويندرائه يسبقه او يخرج وحده

اسباب البواسير كثيرة وهي القبض المستمر والزحير الناشئ منه عند التغوط والاشغال التي توجب الجلوس الطويل وكثرة ركوب الخيل وتعود استعمال المسهلات القوية ولا سيما الصبر وسكن الاقاليم الحارة واحشاش الكبد وتردد الاسهال والدوسنطاريا

العلاج . متى كانت البواسير الظاهرة ملتزمة تستعمل النطول بالماء الفاتر والليخ الحارة والمسهلات المحمية كالمخ الانكليزي او شترات المغنيسيا اذا كان هناك اعتقال ويلازم المريض الفراش الى ان يكون قد زال الالتهاب ثم يرد الماء البارد على المتعدة مراراً في اليوم ويعول على الرياضة الشيطنة واستطلاق البطن كل يوم بالترتيب (انظر قبض الامعاء) . واذا كانت البواسير الملتزمة باطنة فتليّن الامعاء وتستعمل الحفن بالماء الفاتر ويلطف الطعام . وعلى الجملة تنيد الوسائط الهيجينية اي الصحية اكثر من الادوية غيرائه من العلاج المقرر الفائدة في البواسير الظاهرة مرهم مركب من ٨٠ فحمة مسحوق العنص و ٢٠ فحمة خلاصة الافيون و ٨ دراهم مرهم بسيط يستعمل مرتين في اليوم . وفي البواسير الباطنة ماعقة صغيرة من

الكيسرين تشرب ثلاث مرات في اليوم

البول الدموي

إذا كان دم مع البول تغير لونه الطبيعي وصار احمر او اسمر قائماً وإذا كانت كمية الدم كثيرة رسب راسب اسمر قائم. اسبابه كثيرة اخصها احثقان الكليتين فيكون حينئذٍ مصحوباً بالم وثل في الظهر. وقد يكون نتيجة التهاب الكليتين (انظر التهاب الكلية). وقد يكون سببه استعمال التريبنينا او الذراريج او افات الكلية او مرور حصاة من الكلية الى المثانة او من تضيق المجرى او من حصاة في المثانة او التهاب غشائها المخاطي او من بعض الحميات الخبيثة. وبناءً على ذلك للطبيب ان يكشف السبب ويعالجها. ومن الاحوال المرضية للبول البول السكري (ديابيطس) والبول الالبوميني (مرض بريت) والبول المخاطي (التهاب المثانة) والبول الرملي (رمل البول) والبول الصفراوي (برقان) والبول المنوي (السيلان المنوي) تُطلب في مواضعها

تبويل الاولاد في الفراش

هي علة كريهة نصيب الاولاد غالباً واسبابها احياناً التكاسل عن النهوض من الفراش وغالباً تهيج المثانة او وجود حصاة فيها. فان لم يكن هناك سبب معروف فيلزم الولد بتفريغ المثانة قبل النوم وبوضع عند فراشه وعاء صغير وبوقظ نحو نصف الليل ليبول. وإذا لم تكف هذه الوسائط يُعطى قحمة من هدرات الكلورال لكل سنة من سني الولد مع فنجان ماء عند النوم. وكثيراً ما يفيد من سدس الى ربع قحمة من خلاصة البلادونا وخلاصة الجوز المتقي مرتين في اليوم لولد بين السنة الثالثة والسنة الخامسة عشرة مع الغسل بالماء البارد صباحاً في الصيف. ولا يجوز ضرب الولد بل يُحرّض بكلام فعال. وإذا اصابته هذه العلة البالغين فنزول

بواسطة خمس عشرة او عشرين قشة من الكورال مع فجائين ماء قبل النوم ثم
تنقص هذه الكمية كلما تقدم الشفاء

التنوس

يراد بالتنوس تشنجات عيفة في الاطراف او جميع الجسد. وهو يبدأ غالباً
بتبمس الفك ثم بطبقه وعدم امكان فتح الفم. وكثيراً ما يرافقه صعوبة البلع بحيث ان
السوائل تندفع من الفم او الانف. وربما توقف المرض عند هذا الحد وشفي المريض
والغالب انه يتقدم وتحدث التشنجات في الاطراف والجسد وربما انحني المريض
كالقوس واستقر على عقبه وقفاً راسه. ويصاحب ذلك ألم شديد في الاطراف
وعند فم المعدة يمتد منها الى الظهر ويحتر الجلد ويعرق عرقاً غزيراً. وتكرر التشنجات
كل بضعة دقائق وتبقى العضلات متوترة في اثناء الفترات الا اذا نام المريض.
وربما مات العليل من الاختناق بسبب تشنج عضلات التنفس او من الاعياء. وهذه
العلة شديدة الخطر واكثرها ينتهي بالموت. واسبابها التعرض للبرد او انها تعقب
الجروح وعلى الخصوص اذا نشأت من آلة حادة تنفذ في اليد او القدم. وقد
تلبس بداء الكلب فتميز عنه بعدم الخوف من الماء والاسباب الخاصة بكلٍ منهما.
وقد يلبس بالسم بالاستركنيا فتميز العلتان بالاسباب وبان طبق الفم دائم في
التنوس وينفتح في الفترات بين تشنجات التسم بالاستركنيا وبان سير التنوس
بطيء بالنسبة الى التسم المذكور وان الفترات بين التشنجات تامة في التسم وغير تامة
في التنوس. واما التباسها بالهستيريا فليس من الامور الصعبة

العلاج. اخصة بالكور وفورم وهدرات الكورال وهما من الامور التي للطبيب
ان يراقب عملها

التسنين

التسنين عمل من اعمال التكوين والنمو الطبيعية وقد سبق الكلام على زمن

بروز الاسنان اللبنية والدائمة (صفحة ٨). غير ان هذا الزمن دور من الادوار التي ينتقل فيها الانسان من حال الى حال في ما يتعلق بتغذية الجسد ولذلك كثيراً ما يصحبه الاضطراب العام او المرض ولا سيما اذا كان الطفل ضعيف البنية. والغالب ان السن يبرز بدون ان يسبقه شيء الا ورم اللثة وزيادة سيلان اللعاب فلا يحتاج الطفل حينئذ من التدبير الا الى التحفظ من تبليل ثيابه باللعاب وتبريد الجلد الذي قد يحدث من ذلك. فيوضع له قطعة خاصة من اللباس عند اعلى الصدر لاجل استلقاء السائل وتبدل كلما ترطبت. وربما حدث له قلق عام وقلة نوم وحتى خفيفة في الليل وجميعها يزول عند بروز السن من تلقاء نفسه. ولا يجوز حينئذ تغيير طعام الطفل كقطامته او تغيير مرضعته بل اذا وجب ذلك فيكون في فترة متوسطة بين زمن بروز الاسنان. واذا انجم الطفل فيعطى كميات صغيرة من شترات المغنيسيا وان كانت الامعاء قابضة فيعطى جرعة من زيت الخروع او من مسحوق غريغوريوس نحو خمس قمحات لطفل ابن سنة كل ثلاث ساعات الى ان يخرج. واذا تاخر بروز السن وصار قرب السطح واللثة وارمة لامعة بيضاء وكان الطفل قلناً محموراً جازقاً للثة لاجل تسهيل نفوذ السن

واما الامراض الغالبة التي تصاحب التسنين او التي هو يهيجها فهي نفاطات جلدية والقلاع والرباح البطنية والتي والاسهال والتشنجات العصبية وهي مذكورة في فصول خاصة بها فتطلب هناك

التشنج

التشنج انقباض عضلي يحدث بغتة بدون اختيار. وقد يكون الانقباض المذكور متصلاً او يشتد وينقص او ينفصل بفترات تامة. وقد يكون عاماً اي مشتركاً بين عضلات كثيرة كما يشاهد في تشنجات الاولاد والصرع والتتنوس وداء الكلب او يكون موضعياً اي خاصاً بعضلة واحدة او مجموع واحد من العضلات

كالربو التشنجي والمغص التشنجي وتشنج المجرى البولي والفواق وتشنج الساقين في الكوليرا. ولذلك يكون علاجهُ بحسب العلة التي يصاحبها

غير ان منه نوعاً يستلزم الذكر الخاص وهو تشنج بطن الساقين. ويظهر ذلك غالباً فجأة في الليل فتمتقلص عضلات بطن الساق وتصبح على هيئة عقدة يُشعر بها عند اللمس ويصاحبها ألم شديد وربما دام بعض الألم هناك بعد زوال التشنج وقد يمتد الألم الى الفخذين. وهو يصيب غالباً المتقدمين في السن والنساء الحوامل فاذا اصاب الحوامل كان سببه ضغط الرحم المتدد على العصب العظيم الذي يتوزع في الساق فتمتد الى الفخذين. وقد يكون السبب في غير هذه الحال اجتماع مواد ثقيلة في القسم السفلي من المعى وضغطها على العصب المذكور فاذا دُفِعت بواسطة المساهل زال السبب والمسبب معاً. واما العلاج الموضعي فيقوم بفرك القسم المصاب بالزيت والعرق بمقادير متساوية او بمروخ الصابون والافيون الذي يستحضر من الصبدي

التشنجات العصبية في الاطفال

اكثر حدوث هذه التشنجات في الاولاد الخففاء مدة التسنين ولا سيما اذا اطعموا طعاماً ثقيلاً بدلاً من لبن مرضعتهم. وقد يكون السبب الدود في الامعاء او القبض او مادة اخرى مهيجة او رضاع لبن مرضعة بعد انفعال نفسي شديد حدث لها. وقد تكون من اعراض التهاب الدماغ. واعراضها انقباضات تشنجية في اليدين والرجلين وتشنج عضلات الوجه وانجذاب الراس الى الوراء او الى جانب واحد وظهور زبد على الفم ويعرق الطفل حينئذ عرقاً بارداً وربما خرج منه البول والغائط وهو لا يدري. ويصير النبض ضعيفاً غير منتظم والمعدة متسعة او منقبضة لا تهاثر من النور. وتديم هذه الحالة بضع دقائق فقط غالباً وتتردد احياناً بسرعة بضع ساعات والطفل غير واع الى انه ينام اخيراً ويستفيق صاحباً او

لا يستفيق ابداً

العلاج. مدة النوبة يجب حل كل ما هو ضيق من اللباس حول العنق والصدر والبطن ويدخل الهواء الى الغرفة ويهوى وجه الطفل بالمروحة وبرش بالماء البارد ثم يوضع في مغطس ماء فاتر من خمس الى عشر دقائق وبعد خروجه منه يعطى ملعقة صغيرة من زيت الخروع او غيره من المساهل اللطيفة الا اذا كان هناك اسهال مفرط ويعاد ذلك الى ان تنقي الامعاء ما فيها. ويجوز استعمال الحقن بالمواد البسيطة الاعيادية او مزوجة بوضع نقط من صبغة الكلثيت او بيضع قححات منه محلولة في السائل الذي يحتمن به. وتوضع خردلية على المعدة الى ان يبحر الجلد وان كانت اللثة منتفخة من عدم بروز الاسنان فتشق. ثم لا بد من ابتداء الامعاء منسهلة اياماً وان كان ريج في الامعاء يعطى شي من مسحوق غريغور بوس. هذا مع الحماية العظيمة عن كل ما يكون ثقيلاً في المعدة واذا كانت المرضعة غير موافقة تبدل اذا امكن بغيرها. ولجل منع النوب لاشي افضل من بروميد البوتاسيوم نحو قحمة منه في ملعقة ماء صغيرة لطفل دون السنة وقحمين لما فوق ذلك كل اربع ساعات

المعدة (تلبكها)

تلبك المعدة من اسباب كثيرة اخصها سوء الطعام والمشروبات الروحية والحميات والامراض المنهكة. فان كان السبب من سوء الطعام ربما رافقه صداع او قيء صفراوي او ربما حدث ألم عند فم المعدة وعطش وغثيان او قيء ويقدر اللسان ويخرج النفس ويحم المريض فاذا اجتمعت الاعراض المذكورة سمي المرض حينئذ بالحمى المعدية. ولكن اذا تجاوزت بضعة ايام ولم تنته فتشفي انها تكون حمى تيفويدية او متفجرة او بداية تدرن الدماغ في الاطفال لان جميع هذه العلل تبدأ باعراض معدية فيتعسر تشخيصها الا للطبيب الخبير

العلاج. اذا صاحب الاعراض المعدية صداع او قيء صفر او قيء فيكون العلاج كما ذكر في بابهما وان كانت الامعاء قابضة يُعطى مليناً. وفي كل حال لابد من اراحة المعدة من العمل فلا يُعطى المريض الا الحليب او مرق اللحم بمقادير يسيرة. وان كان العطش شديداً فتمص قطع من الثلج

واما تلك المعدة في الاطفال فاخص اسبابه عدم نظافة القينة التي يمص الطفل الحليب منها ولا سيما حول سديتها وكثرة الارضاع وسوء الطعام. واعراضه الخاصة النفس الحامضي والتيء بعد الطعام واسارة الالم عند ضغط في المعدة والارياح البطنية والاسهال والغائط الايض الذي يتضمن كتلاً غير مهضومة من الحليب. وهو لا يدوم غالباً اكثر من بضعة ايام وقد ينتهي الى اسهال الاطفال او الدوسنطاريا او الحمى المتفجرة التيفوئيدية او التلّاع او التشنجات او دق الاطفال او علة دماغية. والعلاج اكثر بتدبير الطعام لا بالدواء لان ارضاع الطفل او اطعامه كلما بكى سواء كان البكاء من ألم او جوع او شيء آخر سبب لاحداث تلك المعدة فاذا فاء الطفل ما لا تطلبه الطبيعة او ما لا طاقة لها على هضمه فلا يخرج كل ما في المعدة بل بعضه واما البعض الآخر الذي لا يخرج فيفسد ويسبب العلة او يكون سبباً لدوامها. ولذلك يجب ان يكون طعامه مقصوراً على كميات صغيرة من الحليب او يضاف اليه كل مرة ملعقة صغيرة من ماء الكلس او تعطى هذه الكمية وحدها اذا كان الطفل مرضعاً مرات في اليوم مع قلة الارضاع. ويتفق احياناً ان الحليب لا يوافق الطفل فيبدل بملعقة صغيرة من مرق اللحم كل ساعة. واذا احتجج الى دواء فللطبيب ان يامر به

الثاليل

الثاليل نواحي من الجلد مجهولة السبب تظهر على يدي الاحداث ويندر ظهورها بعد هذا السن. وكثيراً ما تزول من تلقاء نفسها فان لم تزول وكان لها عنق

مخنق فتربط بخيط حرير مشع وتشدّ وبعد يومين تسقط. ولا فتمسّ بالحماض
الحليبك الصّرف مع الحذر من مسّ الجلد حولها مرة في اليوم فنزول بعد بضعة
ايام

الثدي (امراضه)

التهاب الثدي يحدث من لطة او برد او فطم الطفل فجأة او من زيادة
تمدد الثدي باللبن مدة الارضاع او اذا مات الطفل. واكثر حدوثه بعد الولادة
الاولى من عدم حرص الوالدة من كشف الصدر وتعرض الثدي للبرد ومن عدم
بروز الحلمة كما يكون بعد ذلك فيمصها الطفل بعنف ويهيج الثدي. واعراضه وجع
ناخس وحي وصلابة الثدي واحمراره واشتداد حرارته وربما انتهى ذلك الى تكوين
خراجة. ومتى ظهرت الاعراض المذكورة يجب وضع الخرق المبلولة بالماء الفاتر
واخراج اللبن من حين الى حين اما بواسطة الرضاعة او بواسطة آلة معروفة
تباع عند الصيدلي غير انه يجب الامتناع عن التطرف في كثرة دفعات اخراج
الحليب وفي ترك الثدي ليمتد تمدداً زائداً وربما كانت حاسة الوالدة الدليل
الصّوب في هذا الامر. ويجب مرخ الثدي مرخاً لطيفاً بالزيت الفاتر وسنّده
بمديل يمرّ تحته ويعلق بالعنق. وتستلقي المريضة في الفراش ما امكن وتعطى قليل
من شترات المغنيسيا لتلين الامعاء اذا اقتضى الحال

خراجة الثدي اجتماع صديدي يحدث من عدم توقيف الاعراض السابقة.
وعلامتها الخاصة وجع نابض مع بروز الورم ثم ترأسه وانفجاره من تلقاء نفسه اذا
لم يُضَع وخروج الصديد منه. فتى ترأس الورم ولان يجب فتحه في الحال لان ذلك
يخلص المريضة من الم طويل اذا تركت الخراجة لتفتح من نفسها وربما امتد
الصديد اذا لم يُفَجَّر في جوهر الغدة واحداث طولاً ولماً في سير المرض. ثم بعد
الانفجار اذا كانت الخراجة صغيرة فيُرضع الطفل وان كانت كبيرة فالأفوق

استخراج الحليب بالآلة الماصة. وإذا غفل عن خراجه الثدي ولم تنفخ وامد الصديد في جوهر الغدة تكونت قنوات ناسورية تحتاج الى شقوق جراحية مؤلمة

وجع حلمة الثدي يحدث من شقوق او قروح عند الحلمة مدة الارضاع فتسبب الما شديداً وربما أدت الى التهاب الثدي وخراجاته. ويحفظ من ذلك بغسل الحلمة وتنشيفها بعد الارضاع ولا يجوز تركها في فم الطفل وهو لا يرضع. وربما نشأت من قلاع في فم الطفل فتتجه المعالجة حينئذ الى الطفل والمرضعة معاً. اذا كانت الحلمة مؤلمة فقط غير مشققة كفاها وضع الزيت الحلو عليها ورفع اللباس عنها لئلا يهيجها ومع ذلك تستعمل الحلمة الاصطناعية التي تباع عند الصيدلي لاجل حماية الحلمة الطبيعية من التهيج. وبعد نهاية الارضاع تغسل الحلمة بمجول الشب الابيض او بعرق وماء بقدر متساو ثم تدهن بالزيت الحلو او دهن اللوز ولا بد من غسلها قبل ارضاع الطفل ثانية. وان كانت الام معرضة لهذه العلة فيجب ان تغسل الحلمة بماء ملح في الاشهر الاخيرة من الحمل او عرق وزيت لاجل نصليب الحلمة ومنع تشققها. ويفيد ايضا كشف الحلمة للهواء مرة كل يوم لاجل الغاية المذكورة. وربما اقتضى في تشقق الحلمة استعمال الادوية الكاوية حسب استحسان الطبيب

تهيج الثدي واوجاعه العصبية كثيراً ما يصحب الحيض في البنات وعدم انتظامه وامراض الرحم في النساء فلا بد من اتجاها المعالجة الى الاسباب الاصلية. وان كان الام متقطعاً دورياً افاده الكينا

سرطان الثدي علة خبيثة تصيب النساء بعد السنة الاربعين. يبدأ على هيئة ورم صلب تحت الجلد يصحبه ألم ناخس ويمتد الى جوهر الغدة ويجذب جلد الحلمة فتحول عن وضعها الطبيعي. وليس لهذه العلة دواء الا الاستئصال الجراحي في بداءة الامر فان تركت الى ان تضخم عدد الابط لم يفد العمل المذكور فيقتصر حينئذ على تحسين الصحة العمومية وتخفيف الألم. غير ان هذا المرض كثيراً ما يلتبس بغيره فلا

يصح تشخيصه إلا بمعرفة الطبيب

المجدري

هو حي نفاطية شديدة معدية لا تحدث غالباً أكثر من مرة واحدة في الحياة. ومدة العدوى تمتد من زمن تكوين الصديد في البثور الى برء الجلد من النفاط وربما دامت بعد ذلك الى ثلاثين يوماً وقد تحمل في امتعة المريض ولا سيما في ثيابه وفراشه. وإما المدة التي تنوسط بين اول زمن العدوى وظهور المرض فنحو اثني عشر يوماً. الاعراض الاولى قشعريرة وحرارة محرقة وفي صداع والم شديد في الظهر والحقوين. وتكون الامعاء في البالغين غالباً قابضة وفي الاطفال منسهلة. ثم بعد يومين او ثلاثة ايام من بداءة هذه الاعراض يظهر نفاط احمر مرتفع على الوجه والجهة يمتد في اليوم الرابع على جميع الجسد وتخف الحى حينئذ. وفي اليوم الخامس تصير كل بثرة حويصلة في قمتها ماء منخفضة المركز وقاعدتها حمراء ملتزمة وهذا الانخفاض في المركز يميز المجدري عن الحماق وغيره. ثم في الايام الثلاثة التابعة يتكوّن صديد في الحويصلات ويشد بروزها وتظهر حينئذ الرائحة الخاصة بالمجدري. وعند ذلك اذا كان الحال ثقيلاً يرم الوجه وتطبق العينان من شدة الورم. ونحو اليوم العاشر تاخذ البثور في ان تجفّ أولاً على الوجه ثم على اليدين والرجلين وتكون عليها قشور جافة نحو اليوم الرابع عشر تسقط بين اليوم العشرين والثالث والعشرين فيظهر لون الجلد تحتها اسمر مائلاً الى الحمرة وكثيراً ما يبقى الجلد منقوراً منها. متى بلغ النفاط اشدّه من البلوغ اي من اليوم الثامن والحادي عشر تشد الحى ويزيد الخطر وربما مات العليل حينئذ من الاعياء. وفي الاحوال الثقيلة تخنط البثور بعضها ببعض وتمتد الى باطن الانف والفم والحلق وتكون الحى شديدة مصحوبة بهذيان وربما مات المريض غائب الوعي. واما الاطفال فتصيبهم تشنجات عصبية عند بداية ظهور النفاط ولا سيما في مدة التسنين

العلاج . يُفرد المريض ما أمكن عن بقية العائلة ويوضع في غرفة فسيحة تجدد الهواء فيها بدون أن تكون باردة ويخفف الغطاء خلافاً لقول العامة . وليس للدواء فائدة في نقصير سير المرض فغاية ما يمكن عمله تلطيف الاعراض بالمسهلات الخفيفة والادوية الباردة وبالاطراف بماء فاتر بواسطة اسفنجة . وينتصر من الطعام على الحليب ومرق اللحم . وإذا كان النبض ضعيفاً والقوى منخطة ربما وجب استعمال المنبهات كالخمر والنشادر . ومدة النفاثة تفيد الكينا للتقوية . ومن الوضعيات التي تستعمل على الوجه لاجل منع الحك والتقيير يفيد رش الطحين او النشاء والدهن بزيت الزيتون وإذا كان المريض طفلاً ربما وجب لف يديه لئلا يخدش وجهه التلقيح وهو المعروف عند العامة بالتطعيم . لما كان داء الجدري من اخبث الامراض وله اخبار مريضة في القرون السالفة وكان بروءه بواسطة الدواء غير ممكن كان منعه بواسطة التلقيح من الامور الواجبة المقررة التي لم يبق في صحتها ادنى ريب . وقصة هذا الامر المهم ان امرأة انكليزية تحلب البقر اخبرت يوماً الدكتور جنر في بداية هذا القرن ان الذين يصابون بجدري البقر وهم يحملونها لا يقبلون العدوى من داء الجدري . فعجب من هذا الخبر واستقصاه فوجده صحيحاً واخذ يطعم الناس من جدري البقر ثم البعض من البعض الآخر وظهر ان جدري البقر نوع من جدري البشر الا انه خفيف خالٍ من الخطر يمنع الداء الخفيف الذي كان يعم البلاد ويهلك خلقاً عظيماً منهم . فاذا حدث لاحد بعد التلقيح كان خفيفاً دائماً ويندرجاً الموت منه كما ثبت من المشاهدة في مستشفيات مدينة لندن فان الموت من هذا الداء كان ٢٥ في المئة من الذين لم يتطعموا ونصف في المئة فقط من الذين تطعموا . وثبت من المشاهدة ايضاً ان بين الاقوام الذين ليس عندهم التلقيح نصيب الجدري ٩٠ في المئة من السكان واما في البلاد التي يمارسون فيها التلقيح فاقل من نصف في المئة . وكذلك شوهد ان من ثلاثين خادمة ملقحات في مستشفى الجدري لم نصّب ابداً واحدة منهن . وهي من ادلة كثيرة لاحتصى على فائدة

التلقيح التي اقربها واصطلح عليها الآن جميع شعوب الارض حتى اهل البادية في هذه البلاد . واما الاعتراض عليه بانه قد يُنقل بواسطته مرض خبيث من عليل البنية الى صحيحها فمردود بانه اذا حدث فيكون نادراً جداً ناشئاً من جهل الملقح ولا يمنع الفائدة العامة كما ان الضرر الذي يحدث احياناً من الآلات البخارية لا يمنع احداً من التعويل عليها . ثم كثيراً ما يكون زمن التلقيح زمن التسنين فربما ظهرت علة في الطفل من التسنين ونسبت الى التلقيح

وبناءً على ما تقدم يجب تلقيح الاطفال قبل زمن التسنين ولا مانع من ذلك اذا كان الداء موجوداً ولو كان الطفل ابن بضعة ايام خلافاً لقول العامة انه لا يجوز التلقيح متى كان الجدري موجوداً وافداً وربما هو قول باقي من ايام التطعيم الحقيقي في القرن الماضي حيث كانوا يطعمون من قشور الجدري الخفيفي ولكن في غير زمان وفده . غير انه اذا كان الطفل ضعيفاً او مسهولاً او مصاباً ببثور جلدية فيستحسن تاخير العمل الى زمن آخر ان لم يكن الجدري في المكان حتى بعد بروز اكثر الاسنان . وقد شاهدت في هذه البلاد عدم امكان التلقيح في الفصل الحار لسبب سرعة جناف المادة وفسادها . وكيفية العمل في ذلك ان تُنقل اللها بدون ان يخالطها شيء من الدم من ذراع طفل الى ذراع طفل آخر بواسطة خمس الجلد ثلاث او اربع خمشات خفيفة . وتفضل الذراع اليسرى لثقل حركتها بالنسبة الى اليمنى وليكون المكان معلوماً يطلب في المستقبل ليعلم هل تلقح الشخص اولا غير انه يجوز التلقيح في اي قسم كان من الجسد . وفي اليوم الثاني بعد التلقيح تظهر بقعة صغيرة حمراء عند الخمش بالريشة وفي اليوم الخامس تكون حويصلات لؤلؤية مستديرة تتضمن سائلاً صافياً . وفي اليوم الثامن يتم تكوينها ويخفض كل منها عند المركز وتحيط بها حلقة حمراء ملتهبة عرضها يتجاوز الفيراط . وربما حدث حينئذ حتى خفيفة وورم في الذراع . وفي اليوم الحادي عشر تنفجر الحويصلات وتكون عليها قشرة وفي اليوم العشرين تسقط القشرة وتترك اثرًا مبيضاً يدوم مدة الحياة . مدة نقل

اللفنا من المفلح من اليوم الخامس الى العاشر والافضل اليوم الثامن. ويجب الاعثناء في مدة التلقيح لئلا يחדش الطفل البشرة ويلتصم المكان ويتكوّن بعد ذلك قرحة مزعجة فان حصل شيء من ذلك توضع لينة من لب الخبز حارة ونعّاد ومتى صارت القرحة نظيفة نعامل بالمراهم البسيطة. علامات صحة التلقيح الحويصلات اللؤلؤية التي تظهر بين اليوم الخامس والثامن المنخفضة المركز التي تحيط بها حلقة حمراء. ويجب التلقيح مرتين في الحياة مرة في الطفولية ومرة نحو السنة السابعة عشرة

الجُدري الخفيف الذي يحدث احيانا بعد التلقيح او بعد جدري سابق يتميز عن الجدري الحقيقي بخفة اعراضه وعدم بلوغ الحويصلات دور الصديد فتجف في اليوم الخامس او السادس وعدم ظهور الحمى الثانوية نحو اليوم الحادي عشر ولكنها معدّ فيجب ابعاد الاولاد الذين لم يلقّوا. وهو لا يحتاج من العلاج الا الى المساهل اللطيفة والادوية الباردة على ان العدة على نقاوة الهواء وتجديده في المكان وتلطيف الطعام

الجُذام

الجذام ويسميه العرب الداء الكبير وداء الاسد هو من اخبث الامراض واعراضه الخاصة خدر في اليدين والرجلين وعُجْرَ وقروح في الجلد وسقوط بعض العظام من الاصابع ورائحة كريهة تنبعث من المريض وسماكة في جلد الوجه مع لمعان وتغيير السحنة. وليس لهذه العلة دواء وانما نتوقف بواسطة الطعام الجيد والهواء النقي والاستحمام والنظافة والمقويات ولا سيما الزرنج. اسبابه الفقر والوسخ والازدحام وعلى الخصوص الارث في العيال. وقد شاهدت في هذه البلاد اكثر من ١٠٠ من المصابين به وكانوا جميعهم من اهل الجبال وعامتهم من اهل الفاقة واستعصيت العلة غالباً الى وجودها في العائلة. وقد انقرض هذا الداء من اوربا بعد وجوده فيها بواسطة تحسين المعيشة وعلى الخصوص النظافة فلم يبق شيء

منه الا في بلاد نروج. وسوف ينقرض من هذه البلاد متى ارتفعت معيشة اهليها الى ما تقتضيه شروط الصحة من جودة الطعام والنظافة التامة في الجسد واللباس والمسكن والقرى. واما قول العامة ان هواء دمشق يوقف هذا المرض فوهم باطل الا من حيث ان فيها للمصابين دارين ربما نالوا هناك من الاحسان معيشة اجود مما ينالونه في فقر الضياع وقدرها. واختلفوا في هذه الايام في كونه معديا وعندى انه غير معدٍ ولو جاء في الحديث اهرب من المجذوم هربك من الأفعى

الجلد (امراضه)

نقسم امراض الجلد عند الاطباء الى اقسام كثيرة وسنعول هنا على البسيط منها وهي خمسة اقسام لكل منها انواع

١. الرقشي وهو تغيرات سطحية في لون الجلد لا تنتهي الى افراز مائي او

صد يدي

٢. الحويصلي وهو بثور صغيرة في اول الامر ثم تنتهي الى تكوين سائل مائي

في قمتها

٣. البثري يبدأ ببثور صغيرة تنتهي الى تكوين سائل صد يدي

٤. القشري هو نفاط تتكوّن على سطحه قشور

٥. الدرني يبدأ على هيئة درن او عَجْر تنفجر اخيراً

القسم الرقشي

النمش هو بقع صغيرة ملوّنة تظهر غالباً في الناس البيض من التعرض للشمس وعلاجه اجتناب الشمس وغسل معمول من اللوز الحلو يضرب منه عشرون لوزة في هاون ثم يضاف اليه ١٥٠ درهماً ماء سخن ويخرج جيداً ويصفى. وما يفيد ايضاً غسل آخر مكوّن من ماء الكلس والحليب بمقادير متساوية يطلى به الجلد ويترك لينشف هناك ثم بعد نصف ساعة يغسل بالصابون

والكلف يقع مختلفة الحجم كامدة متغيرة اللون عما بقي من الجلد. وسببه انحراف في عموم الصحة وضعف الدم وعدم انتظام الحيض. وعلاجه علاج الخلل الواقع في الصحة بعد الاستقصاء عن السبب والحامات الفاترة. وما يفيد من الوضعيات محلول خفيف من السليمانى بنسبة قمحة واحدة منه الى ١٦ درهماً من الماء ويحذر من وضعه بين الاولاد لئلا يشربوه لانه سام

الارثيميا يقع مختلفة الحجم والشكل لونها احمر خفيف تظهر في اقسام مختلفة من الجسد ونصاحبها حكة وتزول غالباً بعد ثلاثة او اربعة ايام. وهي تصيب غالباً البنات عند اول البلوغ وربما نشأت بعد شرب الماء البارد اذا كان الجسد حاراً او اصابت الاولاد في زمن التسنين او الاطفال قبل ذلك وهي علة خفيفة يندر ان يكون معها حمى. وعلاجها مسهل خفيف والحمية عن الطعام

الوردية يقع حمراء صغيرة تحدث غالباً للاطفال مدة التسنين وتتميز عن الحصبة بمحدثها بغتة بلا زكام سابق. وهي علة خفيفة لا تحتاج الا الى ابسط العلاج.

فاذا اصابت البالغين كانت ناشئة غالباً عن سوء الهضم فينظر الى ذلك الشرى نفاط يشبه ما يحدث من شوك القرص. وكثيراً ما يحدث بغتة وربما دام بضع دقائق او يوماً او يومين ثم يزول وربما اخفى في النهار وظهر في الليل وقد يصاحبه قيء وحمى خفيفة. اسبابه غالباً عسر الهضم فيعالج بمسهل خفيف والحمية عن الطعام. وقد يكون سببه شرب الكوبايا او الكينا

القسم الحويصلي

الحزازة. لا يقتصر ظهور هذا النفاط على الوجه والجذع والاعضاء بل غالباً يصيب الفروة اي جلدة الراس مع شعرها ولا سيما في الاولاد فيلتبس بالثرعة المعروفة وهو مرض معد ناشئ عن وجود فطر نباتي دقيق لا يتميز الا بالمرسكوب. علاماته الاولى حمرة خفيفة او قشور يغفل عنها ثم تتكون حلقات من بشور دقيقة

تتحول الى حويصلات وتنفجر فتكون قشرة رقيقة. ثم تتسع الحلقات المذكورة وتسمك القشور ويصير المرض شبيهاً بالقرعة. وعلاجه عند العامة وضع حبر الكتابة عليه وهو مفيد غالباً وبله بلعاب الفم ايضاً. واذا استعصى او كان بين شعر الراس فيستعمل له مرهم الكلس او الطلي بصبغة اليود او مرهم الليمون

الجرب يبدأ على هيئة حويصلات دقيقة نحو راس الدبوس بين الاصابع غالباً ثم يمتد الى اقسام اخرى من الجسد. وسببه حيوان صغير لا يشاهد الا بالمكربسكوب يخفر في الجلد بقرب الحويصلة. والحك الذي يصاحب الجرب شديد لا يطاق ولا سيما في الليل عند دخول الفراش. واذا طالت العلة صار النفاط على هيئة بثور يخرج منها صديد وقد نصير قروحاً. وعلاجه اولاً الغسل بالماء والصابون ثم دهن جميع الاماكن المصابة مرتين في اليوم بهذا المرهم وهو زهر الكبريت درهم ٨ وملح الباوود نصف درهم وكليسيرين درهم ١ ودهن الغنم درهم ٢٢ تمزج جيداً بعد سلي الدهن على النار وتبريده. وبعد ثلاثة ايام يعاد الغسل بالماء الحار والصابون ثم يعاد المرهم الى ان يحصل الشفاء بعد بضعة ايام. ومتى حصل الشفاء يجب غسل البسة المريض وفرشه لئلا يعود المرض. وهو معد فيجب ابعاد المصاب عن غيره ولا سيما في النوم

نفاط الصيف (وهو الحصف) ويسمى عند العامة بالحجارة. اعراضه حك ونقرص وعرق ونفاط احمر زاه ينتهي الى تكوين حويصلات صغيرة فيها مادة مائية او بيضاء. ويكفيه تخفيف اللباس والطعام والمساهل الخفيفة وما يلطف الحكاك درهم كربونات الصودا مع عشرة فناجين ماء يطلى به من الخارج الحكة علة من علل الجلد يصاحبها حكاك شديد يزيد في الليل وربما لم يظهر شيء في الجلد الا احمراره او خمشه من الحك والغالب انه يكون نفاط احمر مرتفع عن الجلد عليه نقط سود. ومجلسه الغالب الاليتان والاماكن المجاورة لاعضاء التناسل وربما اصاب غير هذه الاجزاء من الجسد ككتفيات الاطراف والكتفين.

وهو كثير الوجود في الشيوخ والاولاد والنساء مدة الحمل وفي مرض الديابيطس واليرقان. وعلاجه تلطيف الطعام وقلماء يفيد الدواء اذا طالت مدته

القوبه. هذه العلة انواع مختلفة جميعها مكونة من حويصلات تنفجر وتحدث قشرة سميكه. منها نوع يظهر عند نهاية الحميات البسيطة عند الشفتين وهو المعروف عند العامة بعقاييل الحى او بتقبيلها. ونوع آخر يظهر على القلفة ومنه ما يظهر على الوجه. واشد انواعها القوبه المنطقية وهي عبارة عن سلسلة حويصلات تمتد من العمود الفقري من الخلف الى التسم السفلي من الصدر على هيئة نصف دائرة ويصحب هذا النوع وجع وحرارة وانفجار الحويصلات وتكوين قشرة سميكه عليها وينتهي في نحو خمسة عشر يوماً. اخض اسبابه سوء الهضم فيعالج بالمساهل اللطيفة وتخفيف الطعام ووضع محلول الشب الابيض من الخارج (نصف درهم منه مع عشرة فناجين ماء) والغسل بمغلي الخشخاش

الاكرما حويصلات صغيرة مرتفعة خشكة مستقرة على بقع عريضة غير منتظمة الشكل من الجلد الذي يكون لونه احمر زاهياً. ويصاحبه حكاك وحرقة ويظهر غالباً عند ثنية الاطراف كاريبة الفخذ والابط. ويكون ما في باطن الحويصلات مائياً اولاً ثم يصير لبني اللون ومتى انفجرت خرج ويس على هيئة قشور رقيقة خضراء مائلة الى الصفرة. ويدوم هذا المرض من اسبوع الى شهر. واسبابه سوء الهضم والحرق وفي الاولاد التسنين وربما ظهر فيهم وراء الاذنين او على الوجه فيقال له حينئذ عند العامة الربة. وعلاجه العناية بعموم الصحة واصلاح الهضم ووضع زيت الزيتون على القشور صباحاً ومساءً والغسل احياناً بالاستنجية والماء الفاتر والصابون اللطيف. واذا لم يندزيت الزيتون فيبدل بالكليسيرين. واما المراهم المختلفة التي تمدح في هذا المرض فللطبيب ان يامر بها

البمفيجوس حُرَاقَات صغيرة تظهر غالباً في الاولاد على الظهر او البطن او الاطراف. وهي في اول الامر بقع حمراء مستديرة يصحبها حكاك وحرقة ثم يظهر في

مركزها حويصلات شفافة لتسع وتشغل كل البقعة الحمراء الا عند حافاتهما فتكون مستديرة او بيضية الشكل وربما بلغ حجمها الحبة او اكبر منها. ويكون ما في باطنها اولاً شفافاً ثم يتكدر ثم بعد يومين او ثلاثة تنفجر الحراقات وتغطي بقشرة ويبرأ الجلد تحتها. غير انه قبل برء الحراقات الاولى يظهر غيرها وهكذا يدوم المرض اياماً او اسابيع. سببه في الاطفال غالباً سوء الهضم وفي البالغين قد يكون ذلك وقد يكون ضعف عام وربما كان مجهولاً. وعلاجه مراعاة الصحة واصلاح الهضم وتلطيف الطعام واستعمال المراهم البسيطة. وبعد الشفاء يبقى وسم داكن على الجلد يزول مع الزمان

القسم البثري الصديدي

يتميز هذا القسم عن القسم الحويصلي بانه يتكوّن في بشوره الصديد من اول

الامر

الفرعة مرض معدٍ مسبب عن ماد فطرية حامية تصيب الجلد وتنمو عند اصول الشعر. وهو يبدأ بنشاط احمر مرتفع غير منتظم الشكل مكوّن من نقط صغيرة حمراء تتضمن مادة صديديّة متى انفجرت كونت قشرة سميكه ينفذ منها الشعر. ثم اذا تقدم المرض صار الافراز سميكاً غزيراً وامتد على جميع الراس وربما تكوّنت قروح تحتها يجري منها الصديد. وعلاجه عند بدءه كعلاج الحزازة وعند تقدمه يستعمل مرهم الحامض الكربوليك او مرهم مركب من درهم قطران و ٨ دراهم مرهم بسيط

الامتيحوشية المنظر بالفرعة الا انه لا ينعصر في الراس بل يظهر في اقسام اخرى من الجسد وليس له علاقة بالنظر الحلمي الذي سبق ذكره. وهو مجاميع بثور صديديّة صغيرة مرتفعة قليلاً عن الجلد تنفجر بعد ثلاثة ايام فيخرج منها سائل غليظ يجف ويكوّن قشوراً سميكه صفراء مستقرة على قواعد ملتهبة من الجلد. وقد

نزول العلة في بضعة ايام وقد تدوم اسابيع او شهوراً . اسبابه مجهولة وعلاجه
بحسب حال الصحة العمومية واذا ازمّن فيستعمل الحمامات الكبريتية وربما اشار
الطبيب ببعض المستحضرات الزرنيخية

الأكنة ويقال لها حب الصبا بثور صديديّة متفرقة مستقرة على قاعدة حمراء
صلبة تظهر على الانف والخذين والجبهة والصدر . وهي غالباً متعلقة بسوء الهضم او
بافراط الطعام وشرب المسكرات او بخلل في وظائف الحيض في الانثى وعند
انقطاعه في سن اليأس . وعلاجها يقوم بترتيب الطعام والمعيشة وممارسة الرياضة
وإصلاح الخلل الواقع في وظائف الجسد

سيكوسس بثور تظهر على الذقن افواجاً وتنجف وتكون قشوراً ويدوم
ذلك اسابيع عديدة ويسقط شعر الذقن . اخصّ اسبابه تغليظ الطعام وعلاجه
بقص الشعر ووضع اللبخ الحارة الى ان تسقط القشور ثم يطلى السطح الملتهب بمرهم
الحامض الكربوليك مع استعمال المساهل اللطيفة

القسم القشري

اخص انواع هذا القسم البثور ياسس وهو يبدأ على هيئة بقع صغيرة حمراء
لامعة مصحوبة بمحكاك ثم تتكون عليها قشور رقيقة بيضاء ويظهر الجلد تحتها احمر
اللون . ثم تتسع البقع المذكورة غير انها تبقى مستديرة الشكل الى انه ربما بلغ محيطها
بضعة قراريط فتبطل استدارتها حينئذٍ وتصبح غير منتظمة الشكل . ومنه نوع غير
منتظم الشكل من اول امره . اسبابه مجهولة وعلاجه الاستحمام بالمياه الكبريتية
واستعمال المستحضرات الزرنيخية ومرهم الحامض الكريسوفانيك والطلاي بالتربتينا
مع تليين الامعاء ومراعاة عموم الصحة

القسم الدرني

اخص انواع هذا القسم جنس من الجذام (انظر الجذام)

الجبهة

هي دمل كبير صلب شديد الالم لونه احمر قائم مجلسه الغالب قفاء العنق والظهر والاليتان . عند تقدم العلة يخرج الصديد من فتحات كثيرة صغيرة وهي بطيئة السير والغالب انه بعد اسبوعين او ثلاثة يتعفن الجلد والانسجة التي تحته فيبقى تجويف غائر غير منتظم الشكل يمتد تحت الجلد المجاور . ويصحبها عادة اضطراب عام وحمى وعرق وضعف . وهي تصيب غالباً المنهوكين بعد السنة الخامسة والاربعين لسبب ضعف الدم وفساده . العلاج العام الطعام المغذي والمقويات كالكيما والحديد . والعلاج الموضعي التطويل الحارة والليخ ثم البضع لاجل اخراج اللب والصديد والانسجة المتعفنة ووضع مرهم الحامض الكربوليك بعد ذلك

حموضة المعدة

هي من اعراض سوء الهضم وتنشأ من تحويل بعض الاطعمة الى حوامض مختلفة وكثيراً ما يصحبها صداع وجشاء الرشح وحرقة في المعدة وقيء وضعف شهوة الطعام . وعلاجها تجنب الاطعمة التي تولد الحموضة كالاثمار غير الناضجة وبعض الخضراوات كالملفوف والسكر والسمن والاطعمة النشائية . وتقاوم باخذ ملعنة صغيرة من شترات المغنيسيا او كربونات السودا في نحو فنجانين ماء وتليين الامعاء اذا اقتضى الحال (انظر عسر الهضم)

الحماق

ويقال له جذري الماء هو نفاط معد مصحوب بحى خفيفة يصيب غالباً الاولاد وبعده البعض نوعاً لطيفاً من الجذري . اعراضه حى خفيفة تدوم نحو عشرين ساعة وكثيراً ما تكون مصحوبة بزكام ثم يظهر نفاط احمر اولاً على الظهر ثم

على الوجه وغيره من اقسام الجسد يرافقه حكاك قليل . وفي اليوم الثالث يصير
النفاط مائياً وينجر في اليوم الرابع ويزول في اليوم السادس ولا يعقبه اوسام كما
يكون في الجدري . وهي علة خفيفة لا تستدعي من العلاج الا مسهلاً خفيفاً والتخفظ
من البرد

الحمراء او الحمرة

الحمراء التهاب قسم من الجلد والنسيج الخلوي الذي تحته . وهي تتميز بمجرة
الجلد وورمه الذين يشغلان من قسم الى قسم آخر مجاور له وتصاحبها غالباً حمى .
واكثر ظهورها في الوجه وقد يتعاضد الورم فيه الى ان تغض العينان وتخفي هيئة
الوجه المألوفة . وكثيراً ما يرافقها صداع وغثيان وقيء وحى وقبض الامعاء وربما
ظهر على الورم فقاقيع مائية . واسبابها التعرض للبرد وضعف الجسد العام والقر
والقذر والتعرض لهواء المستشفيات والسجون الفاسد . وقد يكون السبب جرح
من آفة طبيعية او من عمل جراحي . اذا كانت الحمراء بسيطة ينتهي سيرها غالباً
في عشرة ايام الى اربعة عشر يوماً . وقد يشتد الحال ويتكوّن صديد تحت الجلد
فتطول مدة المرض ويزيد خطره . واذا جاز من الظاهر الى الدماغ كان سيره
سريعاً خطراً

العلاج . يرش القسم المصاب بالطحين او النشاء ويوضع فوق ذلك القطن
المندوف ويكرر كل بضع ساعات . ويعطى مسهلاً خفيفاً في بدء الامر اذا دعي
اليه الحال كشتات المغنيسيا اوزيت الخروع . ويعطى من الباطن عشرين نقطة
من صبغة ميوربات الحديد كل اربع ساعات مع قليل ماء . وربما احتج الى قحجين
كينا كل ساعتين . واذا اجتمع الصديد تحت الجلد وجب الشق لاجراجه . واذا
اصابت الحمراء قسماً مجروحاً وجب غالباً وضع اللج الحارة عليه . ولا بد ايضاً من
تهوية المكان ليدخله الهواء النقي وتجديد الثياب والمراشف كل يوم ليكون هناك

الحَصْبَةُ

الحصبة حتى نفاطية معدية نصيب الاولاد غالباً ويندر رجوعها مرة اخرى .
واما المدة المتوسطة بين التعرض للعدوى وبداية المرض فمن عشرة ايام الى اربعة
عشر يوماً . اعراضها الاولى حتى خفيفة وزكام فتحمّر العينان وتدمعان ويحدث
عطاس وسعال وربما حدث وجع في الحلق . وعند نهاية اليوم الثالث او بداية
الرابع بعد الاعراض الاولى ياخذ النفاط في الظهور اولاً على الجبهة والوجه والعنق
ثم على الصدر والبطن ثم على الاطراف . ويكون النفاط اولاً على هيئة نقط صغيرة
حمراء غير مرتفعة عن مساحة سطح الجلد شبيهة بعقوص البراغيث ثم تمتد وتختلط
فتكون اشكالاً هلالية قرمزية اللون مرتفعة قليلاً عن سطح الجلد واذا ضغطت
بالاصبع عليها زال لونها ثم يعود عند زوال الضغط وتدوم الحمى ويصير السعال
ليناً . ثم بعد ثلاثة اواربعة ايام من زمن ظهور النفاط ياخذ في الاختفاء اولاً من الوجه
ثم من الاطراف وبعد يومين يزول ويقشر الجلد وتنتهي الحمى . اذا ارتفعت الحرارة
فوق ١٠٢ ° ف كان الحال ثقيلاً وربما صاحبه التهاب شعبي اورثوي . وقد يدوم
السعال بعد زوال النفاط . وما تميز به الحصبة عن الجدري الزكام الذي يسبقها
ونوع النفاط الخاص بكل من المرضى

العلاج . الحصبة مرض خفيف ينذر الموت منه غير انه يجب الاعناء به .
فيجب اولاً حجز الولد في البيت او الفراش واجتناب مجاري الهواء لئلا يختلط
المرض بعلة رئوية على انه يجب تجديد هواء المكان . ويكون الطعام لينا او مرقاً وان
كانت الامعاء قابضة فيعطى مسهل خفيف . واذا صار التنفس سريعاً فيوضع على
الصدر خردلية اولزقة بزركتان . واذا دام السعال بعد زوال النفاط كان
العلاج كعلاج التهاب الشعب . واذا غاب النفاط فجأة وحدث اضطراب للولد

فيوضع في حمام سخن . ولما كانت العلة معدية وجب افراد المريض وابعاد الاولاد عنه الى مرور ثلاثة اسابيع بعد زوال النفاط

الحنجرة (التهابها)

الحنجرة هي القسم العلوي من القصبة وتضمن الى الصوت وكثيراً ما يكون التهابها ممتداً من التهاب الحلق او اللوزتين . وسببه البرد او اجهاد الصوت وعلامته الخاصة بحج الصوت او فقده بالكلية . اذا كان شديداً ربما ادى الى الخطر من الورم الحاد ومعارضة التنفس . اعراضه ألم وحى وضيق في الحلق ومجّة الصوت وعسر التنفس والازرداد واذا نُظر الى الحلق شوهد انه احمر وارم العلاج . اذا كان المرض خفيفاً لا يوجد من اعراضه الا مجّة الصوت فيجئ بتب البرد ولا سيما برد الليل وبجاط الحلق بقطعة من القلانلا عليه خردلية . واذا كان شديداً فيوضع العلق على القسم العلوي من الصدر ويعاد اذا اوجب الامر وتلين الامعاء وينشق المريض بخار الماء الحار ويمنع من التكلم ويُحصَر في غرفة ويُبَعَد عن مجاري الهواء ويقتصر من الطعام على الامراق

الحصى الصفراوية

هي كتل صغيرة قدر الواحدة منها كالحصاة تتكون في الحوصلة المرارية من بعض اصول الصفراء . ومتى تكوّنت حملها مجرى الصفراء احياناً الى القناة الصفراوية التي نصب في المعى فيحدث من مرورها في القناة ألم شديد جداً الى يمين المعدة يمتد الى الظهر مع قيء صفراوي ويرقان احياناً . ويتعاقب هذا الألم باوقات راحة . والضغط يخفف الألم فيتقلب الشخص في الفراش ويعصر بطنه بيديه او فخذيه طلباً للراحة وهو ما يميز هذه العلة عن الالتهاب حيث تكون الحركة موجبة للألم . واذا انحشرت الحصاة في القناة صارت سبباً لليرقان

العلاج . يوضع العليل في مغطس ماء حارّ نحو نصف ساعة ومتى خرج منه يوضع على الحبل المتألم لرق حارة . وان حصل هجوم الالم بغتةً بعد طعام ثقيل يعطى عشرين قهقهة من مسحوق عرق الذهب ليقى ما أكله . وان كانت الامعاء قابضة يعطى مسهلًا . ومتى خرج المريض وحصل على الراحة تُطلب الحصى في الغائط بغسله وتصفيته من قطعة قماش خاوية وتتميز بلونها الاسمر والاصفر المائل الى الخضرة واستدارة شكلها واما حجمها فيختلف من قدر الحبة الصغيرة الى البندقية . ويجب على المعرضين لهذه العلة ان يحفظوا الامعاء بحال الليونة الدائمة بواسطة مياه كرسباد ومياه هنيادي يانوس المعدنية لئلا تبقى حصة في الامعاء وتصبح نواة لسدة فيها . ويجب ان يكون طعامهم بسيطًا وان يجنبوا المشروبات الروحية ويمارسوا الرياضة الكافية لكي يمنعوا تكوين الحصى المذكورة

الحمل (امراضه)

نعرض للحامل حالات مرضية خصوصية ربما افاد الكلام فيها

١ . سوء الهضم الذي يصحبه غالبًا قبض الامعاء وحرقة المعدة الناشئة من حموضة فيها وارباج بطنية . ويتغير البول واذا استقر في وعاء تكوّن على سطحه طبقة رقيقة بيضاء . وقد يصفر الوجه او قد يظهر عليه نفاط . وعلاجه المليينات اللطيفة والاقتصار على الطعام الخفيف المغذي

٢ . الشعور بالاغماء والخفقان . اكثر ظهور هذه الاعراض بين الاسبوع الثاني عشر والسادس عشر وهي المدة التي يبدأ الجنين ان يتحرك فيها ولا سيما اذا كان هناك سوء الهضم المذكور آنفًا او اذا تعرضت الحامل لاسباب الاغماء والخفقان كالحرّ والتعب والتهيّج العقلي . وربما تأثرت من اضعف الاسباب وتوهمت حدوث امر كريكه . وعلاجه المنبهات الخفيفة كماء زهر الليمون او ملعقة صغيرة من ریح النشادر العطري مع فنجان ماء او ملعقة خمر والاستلقاء على الظهر والراحة . وتجنّب

الآلسة الضيقة واسباب التعب والتهيج لئلا يؤدي الامر الى اسقاط الجنين

٣. في الصباح الذي يبدأ غالباً نحو الاسبوع السادس للحمل وينتهي بعد الشهر الثالث وربما ظهر قبل المدة المذكورة ودام الى زمن الولادة. وقد لا يقتصر الغثيان والقيء على الصباح بل يمتد الى النهار ويصير مزعجاً جداً. فان كان خفيفاً فهو طبيعي لا يحتاج الى تدبير وان كان شديداً فربما كان ناشئاً عن طعام خاص يجب اجتنابه. وتلين الامعاء اذا كانت قابضة وتعطى بعض قححات من كربونات الصودا اذا كانت حموضة في المعدة او المشروبات الفوارة وربما افاد شرب مقادير صغيرة من الشبانيا المثججة او نقطة من خمر عرق الذهب مع ملعقة ماء صغيرة كل ساعة او خردلية صغيرة على فم المعدة او وضع خرق مبلولة بالماء البارد على المعدة ثم تُعطى بالحبر المزيت او المشمع الرقيق. واذا كان القيء مستعصياً وجب اعطاء الحامل ملعقتين مرق لحم قوي مع بعض نقط من الكنيك كل نصف ساعة واذا اوجب الامر فتحقن بالمرق كل ثلاث ساعات دفعا للهبوط او الموت من الجوع

٤. وجع الاسنان وسيلان اللعاب. اما وجع الاسنان فكثيراً ما يصاحب الحمل وقد يكون السبب نخراً وقد يكون عصبياً في سن صحيح. والغالب انه لا يجوز قلع الاسنان مدة الحمل لانه يؤدي احياناً الى الاسقاط بل تجرب اولاً الوسائل الموضعية (انظر وجع الاسنان) ويلتفت الى عموم الصحة من حيث حالة الامعاء والمضم وانتظام المعيشة. واما سيلان اللعاب فنادر ويعالج بالغراغر القابضة كدرهم من الشب الايض في ١٠٠ درهم من الماء والاعشاء بالصحة العامة

٥. ورم الرجلين كثير الحدوث في الاشهر المتأخرة من الحمل وربما صاحبه انتفاخ الاوردة والم تشنجي في الساقين وكل ذلك ناشئ من ضغط الرحم المتمدد على الاوعية الدموية الكبيرة المنحدرة من جذع الجسد الى الطرفين السفليين. والورم المذكور يكون قليلاً في الصباح وربما زال بالكينة عند الاستلقاء في الفراش ولكنه يعود عند الوقوف والمشي. ولا دواء الا الصبر الى حين الولادة وزوال السبب

غير انه يُلطَّف كثيراً بالنوم في الفراش ورفع الرجلين على كرسي عند الجلوس واجتناب الوقوف والمشي الا عند الضرورة . واما الالم التشنجي الذي يصاحب احياناً ورم الساقين فيعالج بمقادير متساوية من الكنيك وزيت الزيتون دلكاً لطيفاً على محل الالم

٦. نهج الثديين . بعد مرور شهرين من زمن الحمل يكبر الثديان وتحيط بالحلمة هالة داكنة ويخرج احياناً منها افراز لبني او مائي وتشعر المرأة بامتلاء فيهما ولم خفيف . وهذه الاشياء لا يعتد بها الا اذا كانت مزعجة فتتلف بتليين الامعاء وغسل الثديين بماء فاتر . وفي الشهر الاخير من الحمل ولا سيما قبل الولادة الاولى يجب غسل الحلمتين بمقادير متساوية من الكنيك والماء او محلول الشب الابيض لكي يمتنع تشققهما مدة الارضاع . واذا شعر بشغل ولم في الثدي فيسند بمندبل يعلق على الكتف المخالف

٧. البواسير الظاهرة والباطنة كثيراً ما تحدث مدة الحمل لسبب ضغط الرحم المتمدد ولذلك لا يفيد دواء ولكنها تزول عند الولادة . وربما افادها الغسل بالماء البارد ومرهم العنص (انظر البواسير)

٨. نهج المثانة الناشئ من ضغط الرحم ايضاً يؤدي الى حرقه في البول او كثرة طلب التبول او خروج البول بلا اختيار المرأة . وقد نتلطف هذه الاعراض بشرب مغلي الشعير او بزر الكتان وبعشرين قمحة من كربونات الصودا ثلاث مرات في اليوم والمسهلات الخفيفة والراحة في الفراش . والغالب انها تدوم الى ان يرتفع الرحم الى البطن في واسط الحمل ويزول الضغط عن المثانة

٩. نهج الفرج يؤدي الى السيلان الابيض (انظر السيلان الابيض) او الى حكة مزعجة مع نفاط دقيق مائي او بدونه نعالج بالغسل بالماء البارد او الثلج او بمغلي الخشخاش البارد واذا صاحبها نفاط فماء الشب الابيض (درهم ١ منه الى ١٠٠ درهم ماء)

١٠. الاسقاط. اكثر حدوث الاسقاط يكون نحو الشهر الثالث والا قرب انه يتم في الاسبوع الذي يقابل زمن الحيض لو لم يكن الحمل موجوداً. واذا حدث فكثيراً ما يضر بصحة الانثى واذا حدث مرةً فربما صارت عادةً مستمرة كلما حملت. واسبابه الضعف العام والتعب والتهيج العقلي والانفعال النفساني الشديد والسقطات واللطات. ويحدث احياناً من ضعف موضعي او من مرض رحيم. وبعض النساء ضعيفات البنية طبعاً لا يستطعن الحمل الى نهاية مدته

علاماته. تشعر المرأة بتعب عام وانحطاط القوة وارتشاء ووجع الظهر والحقوقين والوركين وكثيراً ما يصاحب ذلك افراز مخلوط بشيء من الدم. وبعد دوام هذه الاعراض زمناً مجهول المدة يصير الوجع كوجع المخاض وبصحبة غالباً قي وحياناً نزف دموي زائحي اللون. وربما دام ذلك اياماً مع تقطع الالم والتزف الدموي او انتهى الاسقاط في بضع ساعات. ومتى خرج الجنين كان على هيئة كرة بيضاء مائلة الى الحمرة بقدر بيضة الحمام عند الشهر الثالث واكبر من ذلك بعده. ثم بعد خروج الجنين ينقطع الالم والتزف. والضرر الحاضر والمستقبل يتوقف في الاسقاط على مقدار الالم والتزف الدموي

العلاج. الامر الاول في ذلك منع الاسقاط اذا امكن. فان كان التزف خفيفاً والالم قليلاً قد يمنع الاسقاط بالراحة التامة في الفراش في غرفة باردة ومسح البطن بالماء البارد وشرب عشر نقطات من صبغة الافيون مع فمجان ماء. ولكن اذا اشتد الوجع والتزف فلا بد من سقوط الجنين فيحذر حينئذ من شدة التزف ويتم ذلك بالزام المرأة الفراش ووضع مناشف مبلولة بالماء البارد على الفرج. وبعد الاسقاط يعتنى بتدبير المرأة كتدبير الوالدة حديثاً فتتلم الفراش اياماً ولا تعود الى اعمال بيتها الا بالتدريج فاذا اسرعت في النهوض الى اعمالها ربما صار ذلك سبباً لعلّة مزمنة في الرحم تمتد ضررها الى زمن طويل

الحلق (امراضه)

التهاب الحلق يعرف عند العامة بوجع الزلوعوم وهو اما ان يكون خفيفاً او ثقيلاً. فان كان خفيفاً فهو من باب الزكام وربما صاحبه خشونة في الصوت . وان كان ثقيلاً فهو التهاب اللوزتين المعروفتين عند العامة ببنيات الاذن فترمان وقد يصيب التقرح او التقيح واحدة منهما او اثنتيهما. فاذا حدث التقرح اشتد الالم وتعسر البلع وعند النظر الى مؤخر الفم شوهد قروح على اللوزة او اللوزتين . واذا حدث التقيح اشتد الورم وتعسر البلع والتنفس وصار الالم نابضاً الى ان تنفجر الخراجة او تفتح بالمبضع. علاج النوع الخفيف خردلية توضع من الخارج ومسهل . وعلاج النوع المتقرح الفراغر بمحلول الشب الابيض (اربعة دراهم منه لمئة درهم ماء) او مس القروح بمحلول نترات الفضة . وعلاج النوع المتقيح اللبخ الحارة من الخارج وفتح الخراجة بالمبضع وهو من اعمال الطبيب

وقد يكون تقرح اللوزتين من اعراض الدفتيريا او الداء الزهري فيراجع الكلام في بابها

بحة الصوت تنشأ من نهيج الزكام الاعتيادي وهي من اعراض الذبحة والتهاب الحنجرة والتهاب الحلق البسيط والتقرح الزهري فتعالج بحسب الامراض التي تنشأ هي منها. وقد ينج الصوت او يفقد بواسطة اجهاده في الكلام والغناء فيشاهد ان الحلق احمر اللون مخضناً متالماً. وليس لهذا النوع علاج الا الراحة اي عدم الكلام الا عند الضرورة وبصوت منخفض. وما يفيد في هذه العلة اذا ازمنت السفر واطلاق اللحية التي نفي الحنجرة من التغيرات الجوية وغراغر محلول الشب الابيض . وربما وجب مس الحلق بمحلول نترات الفضة

استطالة غلصمة الحلق. الغلصمة زائدة مدلاة في مركز الحلق عند مؤخر الفم وهي المعروفة عند العامة بالطنطة. وهي قد تستطيل من زكام مزمن او علة اخرى

فتمتد الى قاعدة اللسان او الى الحلق فتتهيج السعال ومجة الصوت وربما سببت الغثيان والتيء. العلاج الغراغر القابضة كمغلي قشر شجر السنديان او محلول الشب الابيض ومس الغلصنة لمحلول نترات الفضة (عشر قمحات لثانية دراهم ماء مستطير) بفرشة او ريشة صباحاً ومساءً. واذا لم يند ذلك فينقطع الجراح نحو ثلث الغلصنة بالمقراض

تضخم اللوزتين كثيراً ما يحدث من تردد الالتهاب الحاد فيها وقد يحدث تدريجاً بلا سبب ظاهر ولا سيما في الاولاد والاحداث. اعراضه كبر حجم اللوزتين وتعسر قليل في البلع والتنفس وعدم توضيح الكلام مع خنة في الصوت وفتح الفم والشخير عند النوم وربما تعسر السمع قليلاً. ويصير المصاب به عرضة لالتهاب اللوزتين عند التصدي للبرد الخفيف. العلاج اجتناب التعرض للبرد وتحسين عموم الصحة. وكثيراً ما تُطعمان بالعمل الجراحي على ان ذلك لا يجوز الا عند الضرورة الشديدة لان الغالب انها تعودان الى حجمها الاصلي عند تقدم المريض في السن والعافية

الحصى

اعراض جميع انواع الحصى ارتفاع حرارة الجسد وسرعة النبض واكتساء اللسان بطبقة غير طبيعية وقد شهت الطعام وحمرة البول والعطش. وهي اما ان تكون عرضاً لمرض آخر او مرضاً قائماً بنفسه فان كانت عرضاً كان الالتهفات الى المرض الذي تصاحبه وان كانت مرضاً مستقلاً فتكون على انواع مختلفة نذكرها الآن بالترتيب

الحصى المتقطعة وهي المعروفة بالدورية عند العامة وصفاتها واعراضها مشهورة عندهم. انواعها اليومية اذا جاءت الحصى مرة في ٢٤ ساعة والمثلثة اذا جاءت مرة في ٤٨ ساعة والمربعة اذا جاءت مرة في ٧٢ ساعة. ويقال للدة المتوسطة بين دور

ودور الفترة ولها ثلاثة ازمته وهي البرد والحى والعرق ومدة دوامها غالباً من ثلاث الى عشر ساعات . واسبابها الملاريا (انظر صفحة ٢٦) مع ما يحدث من تهية الجسد لعلها فيه كالنعب المفرط والفتور ورطوبة الليل والاسباب التي تلبك المعدة او تضعف الجسم . ومنها نوع يعرف عند اطباء بالحنيث وهو ما يصاحبه ما علا الاعراض الاعتيادية احتقانات باطنة في الراس والصدر والبطن فيحدث هذيان او غيبوبة الوعي وضيق في التنفس او الم في البطن ويندر الموت في النبوة الاولى وكثيراً ما يحدث في الثانية واما الثالثة فتتالة لاحالة ولذلك يجب المبادرة من اول الامر الى قطعها وتخليص المريض من موت محقق

العلاج . في النوع البسيط لا يدعي الامر الى شيء اكثر من تدفئة المريض مدة زمان البرد وستائه الماء البارد مدة زمان الحى والتخفظ من البرد متى بدل اثوابه بعد نهاية العرق . واما مدة الفترة فعلاجها العظيم هو الكينا وذلك ان يُعطى نحو عشرين قحمة في صباح الفترة وعشر قححات في الصباح التالي . وبما ان العوام يخافون من الكينا دفعة واحدة ويفضلون تقسيمها حبوباً او اوراقاً فلا باس من ذلك ولكني بعد الخبرة الطويلة لم ارادنى ضرر من اعطائهم دفعة واحدة محلولة في قليل ماء او ملفوفة بورقة سيكاره . واما الكمية التي تعطى لولد ابن عشر سنين فعشر قححات في صباح وخمس قححات في صباح ثانٍ ولابن خمس سنين ثمان قححات في صباح واربع في صباح ثانٍ ولابن سنة ثلاث قححات وقححات . واذا كانت الامعاء قابضة واللسان قذراً فيجب اعطاء مسهل قبل الكينا . واذا تردد الدور رغماً عن الكينا يعطى منقوع اربع دراهم من ورق اليوكالبتس كل يوم الى اربعة ايام او اكثر وكيفية ذلك ان يُغلي نحو عشرة فناجين ماء ويُسبب على الورق ومتى برد يشربه المريض بالتفريق مدة النهار . واذا استعصت على ذلك فيمنع الدور بالكينا كالعادة ويُعقب بحبة من ارسينيات الحديد ثلاث مرات في اليوم ويدام ذلك شهراً او اكثر . وما يفيد في مثل هذه الاحوال العاصية تغيير الهواء والاستحمام

في ماء البحر او الماء البارد واجتناب الاسباب المضعفة كالسهر الطويل وتغليظ الطعام وعدم انتظام المعيشة والتعرض للحر والبرد ولا سيما رطوبة الليل والافراط بالشهوات واما النوع الخبيث الذي سبقت الاشارة اليه فلا يجوز التردد على الاطلاق في اعطاء المريض نصف درهم كينا دفعة واحدة ثم عشر قمحات كل ساعدين مدة الفترة الاولى الى ان يتناول من اربعين الى ستين قمحة. ويجب ان يبدأ بذلك عند نهاية الدور الاول بالعرق ولو بقي قليل من الحى بل لا بأس من اعطاء الكينا في الدور لانه اذا لم تُعطى بكثرة وبدون خوف فيموت المريض لا محالة

الحى المتفترية. سبب هذه الحى المalarيا كحى الدور مع الاسباب الاخر التي سبق ذكرها. واعراضها قد تظهر فجأة نارةً ويسببها غالباً ضعف وارتخاء وصداخ وتعب عام مدة يوم او يومين ثم يعقب ذلك برد ووجع في الراس والمثليين والظهر والاطراف وغثيان وقيء صفراوي واسهال وضيق عند فم المعدة وسخ اللسان وحرارة. هذه هي اعراض الدور الاول من الحى وهي قصيرة المدة وكثيراً ما لا تكون واضحة ولا سيما متى تكررت النوبات. واما اعراض الدور الثاني فاطول وربما امتدت الى ثمان ساعات او اكثر وهي سرعة النبض وثقل التنفس وقلق وحرارة قد تبلغ ١٠٦ ف واحمرار الوجه والعينين وقد يصاحبها الهذيان والتيء المفرط. ثم تنتهي هذه الاعراض بفترة غير كاملة يصحبها عرق وهبوط النبض والحرارة وراحة المريض غير انها لا تكون كاملة كفترة الحى المتقطعة اي حى الدور والغالب انها تقع في الصباح الباكر وتدوم الى الظهر وربما كانت خفيفة يصعب تحقيتها. وعدم كمال الفترة يميز هذه الحى عن الدورية الاعيادية ووجودها يميز الحى المتفترية عن الحى التيفويدية. واعراض النوبة والفترة تشغل غالباً نحو ٢٤ ساعة والمدة الغالبة التي تدوم فيها هذه الحى من عشرة الى اثني عشر يوماً فتصير التترات حينئذٍ واضحة والعرق غزيراً واعراض المرض خفيفة ويتجه المريض نحو النعاسة. وقد يثقل المرض وتختلط معه التهابات باطنة كالتهاب المعدة او الدماغ او الكبد او الرئتين

او الامعاء وربما ادى ذلك الى الموت

العلاج . نُعطى أولاً المساهل الخفيفة كشتات المغنيسيا نحو ملعقة كبيرة في الصباح ثم نحو ملعقة صغيرة كل ثلاث او اربع ساعات . وان كان الصداغ شديداً يوضع الماء البارد على الراس او عشر علقات وراء الاذنين . ثم متى بدأ العرق وظهرت الفترة عند الصباح الباكر ولو كانت غير كاملة فيعطى عشر قمحات كينا ثم خمس قمحات كل ساعتين الى زمن ظهور النوبة فيُكف عنها . ويعاد ذلك كلما ظهرت الفترة وتكررت النوبات الى ان تنقطع الحصى بالكلى . وان كان هناك قيء شديد فيمنقطع غالباً بمص الثلج ووضع الخرق المبلول بالماء البارد او خردلية على المعدة . وان كانت الكينا لا تلبث في المعدة فيُحقن بعشرين قحمة منها . واما الطعام فيقتصر على مرق اللحم

وكثيراً ما تصيب هذه الحصى الاطفال من اسباب كثيرة وتُشَيِّز بفترات الصباح غير الكاملة . والاعراض والعلاج كما سبق

حتى الدنج هي المعروفة عند العامة بابي الركب في سورية وحيي البلخ في مصر . اعراضها صداع وقلق وبرد ووجع اليم في الظهر والركبتين والمفاصل وحرارة عامة وفقد شهوة الطعام وقذر اللسان . وكثيراً ما يظهر على الجلد بعد اثني عشرة ساعة نفاط احمر يدوم نحو ٤٨ ساعة ثم يغيب النفاط المذكور وتخف الحصى او تزول غير انها تعود بعد يومين او ثلاثة ويصاحبها نفاط شبيه بنفاط الحصبة او كنفاط الشري ربما كانت معه حكة شديدة ثم تزول بعد بضع ساعات وينتفخ المريض ولكنه يبقى ضعيف القوة مدة . وهي من الحميات الوافدة التي ربما كانت معدية وتصيب الكبار والصغار حتى الاطفال

العلاج . هذه الحصى سير معلوم لا يتطعم بواسطة الدواء ولما كانت بسيطة سليمة العاقبة كان الانسب تركها للطبيعة مع تلطيف الاعراض بالمبادئ العامة لمعالجة الحصى . واذا صارت الحصى على هيئة نوب منتظمة افاد فيها الكينا

الحصى الملازمة البسيطة حتى بسيطة تدوم من يوم الى اسبوع بدون انقطاع .
تبدأ بوجع في الظهر والراس وضعف عام وفقد شهوة الطعام وسرعة النبض
وحارة الجسد . وربما كان سببها التعرض للبرد والرطوبة والتمتع او سوء الهضم
وقد تزول بعد تناول مسهل . ولا تحتاج من العلاج الا الى الوسائط البسيطة
كالراحة وتجديد هواء المكان ونظافة الفراش واذا اوجب الامر الى دواء فيكون
بحسب الاعراض التي تظهر مدة سير المرض

حتى الشمس ويقال لها المحرقة تظهر غالباً في مدة الحر الشديد وبعدها بعض
الاطباء نوعاً من ضربة الشمس والبعض الآخر نوعاً شديداً من الحصى الملازمة البسيطة
التي سبق ذكرها . تبدأ غالباً فجأة ببرد تعقبه حرارة عظيمة وعطاش شديد وجفاف
اللسان واحمراره وسرعة النبض وقوته وصداع ونضان الصدغين وقلق وغثيان
وفي صفراوي . ويدوم المرض نحو ستين ساعة وعند نهاية هذه المدة اذا لم تخف
الاعراض وقع المريض في الغيبوبة المندرة بالموت

العلاج . حلق الراس وارسال العلق وراء الاذنين ووضع الماء المتلجج على
الراس وتعيم المكان والهدو والمساهل المكررة

الحصى التيفويدة ويقال لها المعوية ايضاً لانها تؤثر دائماً في الامعاء . وسببها
الغالب على اتفاق عامة الاطباء هو فساد الهواء الناشئ من تصاعد غازات مضرّة
من بيوت الخلاء والاسربة والبلاليع (انظر صفحة ٧١) او فساد ماء الشرب من
وصول ماء الاسربة اليه ولا سيما اذا خالطها شيء من ابراز المصابين بهذه الحصى
(انظر صفحة ١٨٨) . وبناءً على ذلك يعدونها من الامراض التي تنشأ من سم خاص
متى ظهر مرة في بيت ربما انتقل بالعدوى من السليم الى الصحيح وعلى الخصوص
في الاسبوع الثالث من سير الحصى . وهي تصيب الاولاد والشباب اكثر من الشيوخ
اعراضها . تبدأ هذه الحصى ببطوء واعراض خفيفة تدوم اياماً والمريض لا يبالي
بها ولا يعرف ماذا تنتهي اليه وهي تعب عام ووجع في الاطراف وصداع وفقد شهوة

الطعام ويرد خفيف. وربما كان من اول الامر اسهال خفيف وغثيان وفيء الطعام. ثم يشتد النبض ويسرع وتزداد الحرارة ويحجف اللسان ويحمر ويلانم المريض الفراش نحو نهاية الاسبوع الاول. ويظهر حينئذ ان الحى تفتقر قليلاً في الصباح وتشتد بعد الظهر ويحمر البول وينقص ويحدث قلق في الليل وكثيراً ما يصفر الوجه ويحمر الوجنتان وتصفو العينان وتلمعان. ويدوم الاسهال ويكون البراز رقيقاً اصفر شبيهاً بشوربا الحمص واذا ضغط الجانب الايمن من اسفل البطن شعر بقرقر عند الجس وشعر المريض بشيء من الألم. وكثيراً ما يظهر بين اليوم السابع والثاني عشر نفاط قليل وردي اللون كعقص البراغيث على البطن والصدر والظهر يغيب بعد يومين او ثلاثة ويظهر عوضه فوج جديد. وان كانت الحى خفيفة ياخذ المريض في اصطلاح الحال نحو نهاية الاسبوع الثاني فتصير الفترات اوضح ويقل الاسهال وينشف اللسان ويبطل وجع الاطراف وينام المريض في الليل براحة وتنخفض الحرارة وتعود شهوة الطعام. وان كانت ثقيلة يظهر الهذيان نحو نصف الاسبوع الثاني اولاً في الليل ثم يمتد الى النهار ويشتد. ويحجف اللسان ويحمر ويتشقق وتكون طبقة سوداء على الاسنان وربما تشققت الشفتان وخرج منها الدم. وفي الاسبوع الثالث يهزل المريض ويضعف ويستلقي على ظهره غائب الوعي واذا أدى الامر الى الموت اشتدت الحرارة وكثر الهذيان وحصل نزف من الانف والامعاء. غير انه لا يجوز اليأس من الشفاء لانهما اشتدت الاعراض وظهر الخطر العظيم فقد تزول ويتعافى المريض. وما يزيد هذه الحى خطراً شدة الاسهال والتزف الدموي من الامعاء وانتفاخ المعى بين اليوم الخامس والعشرين والثاني والثلاثين فاذا حدث الانتفاخ المذكور ظهرت اعراض التهور ومات العليل بعد بضع ساعات. وقد تشتد اعراض التهيج المعدي فيحدث قيء مفرط فيسببها البعض الحى المعدية وليست كذلك. وقد تلهب الرئتان وتختلط باعراض الحى

مدة الحى التيفودية غالباً بين ثلاثة واربعة اسابيع من بداءتها غير انه قد يحدث انتكاس. وخطر الموت منها نحو ١٥ في ١٠٠

العلاج . يجب وضع العليل في غرفة فسيحة بعض نوافذها مفتوحة على الدوام لاجل تجديد الهواء وتنزع الناموسية عن السرير حتى لا يتعرض شيء لتقاوة الهواء. ويمنع سقوط النور على عينيه وجميع الاصوات المزعجة. وتستعمل كل وسائل التطهير الممكنة مع استقبال البراز في وعاء فيه شيء من الحامض الكربوليك او مغنات البوتاسا ودفنه في التراب اذا امكن. ويسمح للجسد كل يوم مرة بماء فاتر بالاستنجة لاجل النظافة وازالة الرائحة التي تصاحب وجود الحى. ويُنخَف وجع الراس بقص الشعر ووضع الثلج او الماء البارد على الراس . ولا يطعم المريض الا الحليب ومرق اللحم . وتلطّف الحى باستعمال المرطبات كبعض قمحات من شترات المغنيسيا او شترات البوتاسا مع قليل ماء كل ساعتين او ثلاث وبالحقن بالماء البارد . واذا كان الاسهال مفرطاً يتجاوز ثمان مرات في اليوم فيجتنب المريض بالماء والنشاء ويضاف الى كل قدح حليب يشربه نحو فنجان ماء الكلس . ولاجل مقاومة الارق وقلق الليل يعطى عشر قمحات من هيدرات الكلورال مع فنجان ماء كل ساعة الى ان ينام العليل . واذا اشتدت الحى فيمسح الجسد بالماء البارد مرة كل ساعتين او ثلاث . واما الادوية فلا يجوز اعطاؤها الا بامر الطبيب على ان معظم علاج هذه الحى بالوسائط المذكورة آنفاً وحسن خدمة المريض والاعتناء به

الحى التيفوسية . هذه الحى خبيثة قتالة ولكنها نادرة جداً في هذه البلاد . اعراضها المميزة بعد هجوم المرض استلقاء المريض على ظهره وخمول في هيئته وكودة في الوجه وثجب الشنتان والفم والاسنان واللسان وتغطي بطبقة سودا . وفي اليوم الرابع او الخامس يظهر نفاط اولاً على الرسمين ثم على البطن والصدر لونه احمر قائم كونه التوت الشامي ولذلك يسمونه بالنفاط التوتي وكثيراً ما يكون على هيئة بقع مختلفة الحجم من نقطة صغيرة الى ثلاثة او اربعة خطوط . وتخف الحى

والحرارة مع الاعراض المذكورة غالباً نحو اليوم السابع ثم تزداد بعد ذلك ولكنها لا تكون ثقيلة في الحوادث التي تنتهي الى الشفاء خلافاً للتي تؤدي الى الموت فانها تشتد ويصحبها الانحطاط الزائد والهديان الدائم ونفث الشرشف او اللحف ونزف من الانف او الامعاء وانتفاض الاطراف والسبات

مدة هذه الحى اربعة او خمسة عشر يوماً وقد يكون الشفاء او الموت قبل ذلك وقد يتأخر الموت الى اليوم العشرين. وسببها سم خاص ينبعث من المصابين بها فيعدي السلاء وقد يتولد من ازدحام البشر في بيوت ردية الهواء. ومن اسبابها ايضاً الفقر والفذر وفساد البنية من قلة الطعام الصالح

العلاج. علاج هذه الحى كعلاج الحى التيفوئيدية الا انه يضاف الى ذلك استعمال المنبهات كالكنياك والخمور القوية بعد الاسبوع الاول ويكره المريض على الطعام بالترتيب ولا سيما الامراق القوية والحليب. وينظر على الخصوص الى تهوية المكان وخدمة المريض بالاعشاء التام والهدو وتنظيف الهواء بمضادات الفساد. ولما كان الخطر منها شديداً يزيد عن ٢٠ في ١٠٠ وجب ان يراقبها طبيب حاذق خبير

الحى المتكسة. تبدأ هذه الحى ببرد وصداع في الجبهة ووجع في الظهر والاطراف وانحطاط القوة وتقدم الى ارتفاع الحرارة واعراض الحى الاعنيادية وكثيراً ما يصاحبها برقان وتضخم الكبد والطحال ويتغطى اللسان بطبقة صفراء ثم يحف ويسمر في مركزه ويندر الهديان. وتنتهي هذه الاعراض بين اليوم الخامس والسابع بعرق غزير غالباً وحياناً باسهال او نزف من الانف او الامعاء. وينته المريض حينئذ فينظف اللسان وتعود شهوة الطعام ويقوم المريض من الفراش ثم بعد نحو اسبوع تعود الحى ويتكس المريض ويدوم الاتكاس من ثلاثة الى خمسة ايام وربما انتكس المريض مرتين او ثلاث مرات. ولذلك سموها بالحى المتكسة. اسبابها الخاصة الجوع والفاقة والازدحام وفساد الهواء وفي من الحيات

المعدية. وعلاجها كعلاج الحميات العام ولا يظهر ان استعمال الكينا عند النفاضة الاولى يمنع الانتكاس

حُمَّى اللبن حُمَّى خفيفة كثيراً ما تصيب النفاسى نحو اليوم الثاني او الثالث بعد الولادة عند ظهور اللبن في الثديين وربما صاحبها نفاط مائي مع حمكة وعرق غزير. وهي سريعة الزوال لا تحتاج الى علاج الا ما ندر فيقتصر على الوسائل البسيطة

حُمَّى النفاس هي حُمَّى شديدة الخطر ويظهر انها ناشئة من امتصاص مواد عفنية من باطن الرحم وانسجام الدم بها. فتى ولدت المرأة واصابها بعد ذلك بقليل قشعريرة وحُمَّى مع انتفاخ الثديين ودوام افراز المهلي الاعيادي كان ذلك غالباً حُمَّى اللبن سليم العاقبة. ولكن اذا لم يحصل راحة بعد العرق وانهمزل الثديان ونقص افراز المهلي او انقطع بالكليّة ودام النبض اكثر من ١٢٠ مرة في الدقيقة وجب الاخشاء من حُمَّى النفاس. ثم اذا صار انحطاط في القوة وعسر في التنفس وانقطاع افراز اللبن وحدث وجع في البطن وقدر في اللسان والنفس واسهال الامعاء تحقّق وجود هذا المرض. وهو شديد العدوى وربما حل من والدّة الى اخرى بواسطة القابلة

العلاج. لما كانت هذه الحُمَّى شديدة الخطر وجب المبادرة الى التدبير الطبي في الحال. فتعطى المرأة جرعة من زيت الخروع اذا كان هناك قبض شديد ويُعقَب ذلك بكميات صغيرة من شترات المغنيسيا كل اربع ساعات. ويُحقَن المهبل بماء فاتر ويُغَطَّى البطن بالزرق الحارة. ويُحدّد هواء المكان ويعتنى بهضادات الفساد الى ان يحضر الطبيب

حُمَّى الدَّق تنشأ عن افراز غزير طويل من خراجة او من الرئتين او من مرض في المفاصل. وهي تبدأ عند المساء وتخفّ في الصباح الباكر واعراضها حرارة الجلد وجفافه ولمعان العينين وحمرة الوجنتين وارتفاع النبض الى ١٢٠ في الدقيقة

وكدر البول وقبض الامعاء في اول الامر ثم انسها لها واكتساء مركز اللسان بطبقة بيضاء اذ يكون راسه وحافته نظيفة حمراء. وكثيراً ما يصاحبها صداع وقلق وحرارة يحس بها في باطن الجسد. ونحو الصباح الباكر تنتهي الحمى بعرق مفرط يعقبه انحطاط شديد ثم تجدد عند المساء. وتندوم شهوة الطعام غالباً جيدة غير ان الضعف يزداد وكذلك الهزال. وربما طالت هذه الحمى اسابيع او شهوراً وتنتهي بالاسهال الى ان لا يبقى من الحياة الا الرمق. وكل ذلك يشاهد في السل الرئوي (السل الرئوي)

العلاج. علاج هذه الحمى بالطعام المغذي كالخوم والفرايج وطيور الصيد الى غاية ما يستطيع المريض هضمه وربما افاد الخمر مع الطعام. ومن الادوية زيت السمك والكيما والحديد مع الرياضة الى ما يجتلمه العليل دون التعب من المشي او ركوب الخيل او المركبات. وافضل هذه الوسائل مراعاة شروط الصحة كترتيب المعيشة والهواء النقي ولا سيما في غرفة النوم واجتناب البرد. ويعالج العرق المفرط بمسح الجسد بالماء والخل قبل النوم او بفنجان مغلي خشب الكينا مع خمس نقطات من الحامض الكبريتيك ثلاث مرات في اليوم ويعالج الاسهال بعشرين قحمة من كربونات البزموت ثلاث مرات في اليوم واكثر

الخُرَاجَةُ

الخُرَاجَةُ ورم مؤلم احمر اللون ينتهي باجتماع صديد وهو غالباً يطلب السطح وترق الانسجة فوقه الى ان تنفتح الخراجة ويخرج الصديد. وهي تصيب محال مختلفة من الجسد كالثدي واللثة واليد وعموم سطح الجسد وقد تصيب الاعضاء الباطنة كالكبد والرئة والدماع. وسببها كثيراً ما يكون افة موضعية كاللطفة او شوك او جسم اخر غريب يدخل تحت الجلد وقد يكون البرد او سبباً اخر مجهولاً. وكثيراً ما تظهر في الحالات الضعفية كالحالة الاستر بوطية والخنزيرية والزهرية

ويجب التمييز بين الحادة منها والمزمنة . اما الحادة فاعراضها ورم يصير يومين حاراً مولماً احمر اللون ولا سيما عند المركز . ثم كلما تقدم الورم زاد الالم وشعر المريض بنضان فيه وحرارة عامة او حى ويدوم ذلك الى ان تلين الصلابة ويرق الجلد ويترأس المركز واذا وضع اصبع اليد الواحدة على جهة من الورم واصبع اليد الاخرى على جهة مقابلة ثم ضغطاً ضغطاً خفيفاً بالتعاقب شعر بحاسة خصوصية يقال لها التموج . واخيراً تفجر الخراجة ويسيل ما في باطنها من الصديد ويدوم خروجه الى ان ينقبض التجويف ويشفى شيئاً فشيئاً . واما المزمنة ويقال لها الباردة ايضاً فاعراضها اخف مما سبق وسير الخراجة ابطا غير انها غالباً اكبر وكمية الصديد اكثر وربما صاحبها نوع من حى الدق

العلاج . تليين الامعاء اذا كانت منقبضة واستخراج الاجسام الغريبة اذا وجدت ووضع العلقى في بداءة الامر او خرق مبلولة بماء بارد . واذا تقدم الحال فاللخ الحارة على الدوام لاجل تعجيل تكوين الصديد وخروجه . ومتى ترأست وظهر التموج تشق شقاً واسعاً بالمبضع وتوضع قطعة قماش في باطن الجرح لئلا يسد قبل اوانه وتعاد اللخ ومع ذلك تستعمل المراهم البسيطة او مرهم الحامض الكربوليك . ولكن اذا كانت الفتحة صغيرة فقد ينتهي الامر ببقاء تجويف يرشح صديداً دائماً هو الناسور (انظر الناسور)

الخوريا

الخوريا مرض يصيب الاطفال عادةً ويبدأ بحركات تشنجية في الوجه والرجلين ثم يمتد ذلك الى جميع الاطراف بحيث متى مشى المريض اندفعت الرجل بغتة الى جانب او الى الوراء او اذا قصد حمل يده نحو فم اندفعت نحو جبهته او كتفه . واسبابه التهييج المعوي من القبض او الديدان وعدم انتظام الحيض في البنات الحداثات والخوف ولطأت على الراس او العمود الشوكي وعادات قبيحة

وربما كان اثباتاً. ولذلك يُنظر في علاجه الى سببه حتى اذا ازيل سبب المرض زال المرض نفسه. واذا كان سببه الضعف العام فعلاجه المتويات والاستحمام بالماء البارد والرياضة الى غير ذلك مما يثدّد البنية

الخيلان

الخال بقعة او شامة في الوجه او غيره من اقسام الجسد يختلف حجمها من راس الدبوس الى الريال المجيدي او اكثر. ويشتد لونها متى بكى الطفل وربما زاد حجمها مع الزمان. وهي تحتاج غالباً الى عمل جراحي خفيف

الخصية (التهابها)

اسباب التهاب الخصية الأذى الميكانيكي كاللحطة والتهاب الغدة النكفية والتعقبة . واعراضه ورم واحمرار وحرارة والم ربما امتد الى الظهر والفخذ وبصحة غالباً حرارة الجسد وغثيان اوقي. وان سببه افراز من التضييب فيجفّ عند ظهور الالتهاب في الخصية . والعلاج الراحة التامة في الفراش ورفع الخصية على وسادة صغيرة والنطول بمغلي الخشخاش ووضع العلق والمساهل . مدة المرض نحو عشرة ايام فان بقي شيء من الورم بعد ذلك وجب قيام المريض من الفراش فيعلق الصفن بكيس يباع عند الصيدلي او يربط مندبل حول البطن ثم يربط به مندبل اخر من احد طرفيه من الخلف ويؤتى به بين الاليتين ويربط من طرفه الآخر من الامام رافعاً الصفن ومانعاً ايأه من التدلي

الداء الزهري

هذا الداء لا يحدث الا من العدوى ويظهر في اثناء الايام العشرة الاولى بعد التعرض لها في قسم من اعضاء التناسل على هيئة بثرة صغيرة حمراء يتكوّن فيها

صديد متى خرج منها صارت قرحة صغيرة حوافها مرتفعة صلبة ومركزها منخفض .
وقد تكون البثرة قليلة الصلابة والارتفاع والقرحة التي تعقبها غير متميزة عن غيرها
من القروح . وهي تظهر بعد العدوى بنحو خمسين ساعة خلافاً للصلبة التي لا تظهر
الأبعد مرور بضعة ايام . وهذا التمييز بين البثرة الصلبة (شانكر) والبثرة اللينة
(شانكرويد) جوهري كما سيأتي . ثم بعد ظهور البثرة بمدة ١٥ الى ٢٠ يوماً يحدث
ورم مؤلم في غدد الاربية بقدر البیضة او اكبر منها يسمى احياناً بالخيرجل . والورم
المذكور اقرب الى التحليل اذا نشأ من البثرة الصلبة والى التقيح اذا نشأ من البثرة
اللينة خلافاً للاعراض الثانية التي لا تظهر الا بعد البثرة الصلبة . ونفال البثرة والورم
في الاربية الاعراض الاولى

واما الاعراض الثانية فتظهر بعد مرور اسابيع او شهور وهي عسرة الشفاء
وكثيراً ما تضر ببنية المصاب مدة الحياة بل ربما كان المسموم بهذه العلة صحيح العافية
سين عديده والسقم كامن في جسمه فاذا حدث له ضعف هاج السم وظهرت
الاعراض الثانية . غير ان الزمن الذي تظهر فيه غالباً هو بعد ستة اسابيع وفي
اكثر الاحوال يكون سيرها على ما ياتي : يشعر المريض بكرب النفس وفقد شهوة
الطعام وقلة النوم وربما شكوا وجاعاً وروما تزمية ولا سيما في قصبة الساقين . ثم يظهر
نفاط جلدي او وجع في الحلق او قروح في اللسان او الشفتين او قد تظهر كلها معاً .
اما وجع الحلق فقد يكون احمراراً بسيطاً والاغلب انه نصبة قروح منخفضة مع
تغيير الصوت . واما النفاط الجلدي فعلى انواع مختلفة (انظر امراض الجلد) الا
انه يتميز عن الامراض الجلدية الاعتيادية بان الحكاك الذي يرافقه قليل وانه
مستدير الشكل نحاسي اللون متى زال بقي بعده بقع سمراء . وعند سقوط القشور
قد تبقى قروح رديئة لا تشفى الا بعد زمن طويل تعقبها اوسام مستمرة . ومن هذه
الاعراض قروح باطن الانف وسيلان كربه منها وربما اهلكت عظام الانف او
غضاريفه . وربما اصبحت عظام الراس او قصبة الساق فترم وتنالم وربما تقيحت

ونقرحت فروجاً غائرة ردية تحتمها عظم ميت . وقد تصاب الحنجرة وتقرح وتهلك
 الاوتار الصوتية ويفقد الصوت وربما دام ذلك مدة الحياة . واخيراً قد تصاب
 الاعضاء الباطنة كالدماع والكبد فتكون امراضاً خاصة لا يدركها الا الطبيب
 الخبير

وليس هذا كل ما يحدث من الداء الزهري . فان النساء الحوامل كثيراً ما
 يسقطن من وجود السم الزهري في اجسادهن والاطفال كثيراً ما يولدون وقد
 ورثوا المرض من والديهم . فاذا ولد الطفل بهذا الداء كان ضعيفاً مهزولاً بكاءً
 اجاجاً ونفسه شخيري ويسيل من انفه افراز غير طبيعي وتظهر بقع نحاسية اللون على
 جسده ولا سيما عند اعضاء التناسل . ويكون منظره منظر الكبر وكثيراً ما يظهر
 عليه نفاط البمفيجوس (انظر امراض الجلد) بعد ولادته ببضعة ايام . واذا عاش
 كان قريباً للضمور والهزال (انظر الضمور) واذا شب صار عرضة للسيل الرئوي
 والداء الختري

العلاج . اذا ظهرت بثرة على اعضاء التناسل بعد التعرض للعدوى بايام
 فتكوى بنترات الفضة قبل تقدمها الى درجة التقيح والتقرح . وان لم يمكن ذلك
 فيغسل العضو ويحفظ بحالة النظافة التامة ويوضع عليه خرق مبلولة بمحلول
 الشب الابيض ويلزم المصاب الراحة التامة وياخذ مسهلاً خفيفاً . فان كانت
 البثرة من النوع اللين شفيت بالوسائط المذكورة ولكن ان كانت من النوع الصلب
 اي اذا بدأت على شكل بثرة ثم صارت قرحة حوافها صلبة مرتفعة وجب على
 المريض ان يطلب مشورة الطبيب في الحال ولو كان الا لم قليلاً . عامة الاطباء
 يعالجون الاعراض الاولى بشيء من مستحضرات الزئبق الى ان يحصل تأثير
 خفيف جداً في اللثة والاعراض الثانية بيوديد البوتاسيوم او يوديد الزئبق

الداحس

للداحس انواع أعظمها وأخفها ما يحدث بجانب اصل الظفر فيبدأ بالتهاب قليل ونبضان ثم تتكوّن نفاخة بيضاء تنفجر وتزول العلة. ولا يحتاج هذا النوع إلا الى فتح النفاخة ووضع اللنج أو المراهم البسيطة

والنوع الثاني يحدث عند انامل الاصابع وهو أشد من الاول ويتكون فيه الصديد تحت الجلد ولا تظهر فيه نفاخة بل يرم الاصبع ويحمر ثم يبيض اذا قرب الصديد من السطح ويمتد الالم عادة الى اليد والذراع ويسقط الظفر غالباً. وعلاجه شق الاصبع شقاً غائراً على اتجاه طوليه ووضع اللنج ثم المراهم البسيطة

والنوع الثالث أشدها وهو المعروف عند العامة برمج الشوكة. وفي هذا النوع يلتهمب غمد او تار الاصبع وترم راحة اليد ويكون الالم شديداً جداً. وإذا لم يعتن به في الحال امتد الالتهاب الى اليد والذراع ووقع الاذى باوتار الاصبع او بعض عظامه. وعلاجه العلق والتنطيل بالماء الحار والنج الحارة وبضع القسم الملتهمب حتى العظم اول ما يمكن ثم وضع اللنج والمراهم. وكثيراً ما يحدث بعد ذلك شي من التشويه في الاصبع او اليد ولو نال المريض كل العناية اللازمة. وفي كل انواع الداحس لابد من حمل اليد المصابة في منديل مربوط في العنق والانامل متجهة نحو الكتف الخالف

الدماغ (التهابه)

التهاب الدماغ ينشأ عن الاضرار الميكانيكية التي تصيب الراس والتعرض للشمس والحرارة واجهاد العقل الطويل والحم وقد يمتد من التهابات خارجة كالحمرة والتهاب الاذن. واعراضه حثي والحم حاد محرق في الراس وعلى الخصوص في الجبهة وفيء وقبض الامعاء وعدم طاقة النوم وهذيان. ثم اذا وصل

المرض الى دوره الثاني حدث انسكاب مائي على ظاهر الدماغ اوفي تجاوبه فتكون الاعراض حينئذ بطوء النبض واتساع الحديقة وغيبوبة الوعي وقد يحدث تشنجات عصبية او فالج. وقد لا يتجاوز المرض الاحتمقان البسيط فتكون الاعراض خفيفة تزول بواسطة الراحة والمسهل. واما علاج التهاب الحاد فيوضع العلق وراء الاذنين او على المتعدة والمسهل اليومية بالمخ الانكليزي وحلق الراس ووضع الماء البارد او الثلج عليه وتعيم البيت والهدو التام

وتدرن الدماغ الحاد يصيب غالباً الاولاد الذين مزاجهم خنبري وهي نادر بعد السنة السابعة ولكنه شديد الخطر. وهو موقوف على ظهور درنات صغيرة على سطح الدماغ ثم انسكاب سائل مائي في تجاوبه. والغالب ان له اعراضاً سابقة هي انحراف صحة الولد اياماً او اسابيع قبل ظهور المرض وربما كان اسهال وهزال. ويصير الولد ضيق الخلق يصرخ فجأة في نومه وكثيراً ما نصر الاسنان. ويكتسي اللسان بطبقة بيضاء ويصير النفس منتناً والمشي مهتزازاً والرأس مؤلماً. ثم بعد دوام هذه الاعراض مدة طويلة او قصيرة تظهر اعراض المرض الحقيقية وهي حتى شديدة وفي ملازم وعدم احتمال النور وتعاقب احمرار الوجه واصفراره ونشوفة الجلد والم شديد في الجبهة على هيئة نوب توجب صراخاً حاداً خاصاً بهذا المرض ويرفع الولد يديه الى راسه ويحركه من الجانب الواحد الى الآخر. ثم اذا تقدم المرض ينكمش البطن بدون ألم وبدوم القيء وتحول العينان ويحدث الهذيان والتشنج. وبعد ذلك تهجم الاعراض مدة قصيرة ولكنه هجوع وقتي يمدح اهل المريض لانها تعود مرة اخرى نحو الاسبوع الثاني او الثالث من بدء المرض فيبطل القيء ويحدث اسهال ويبطؤ النبض ويصحب التنفس تنهد او انين وتوسع الحديقة ويقع الولد في السبات الى زمن الموت

علاج تدرن الدماغ تعميم المخدع والهدو التام مع المحافظة على تبديل الهواء ونقاوته ومنع الناس عن الدخول الى المريض الا الذين يباشرون خدمته. وان

كان الولد مرضعاً فينظر الى لبن والدته او مرضعته فاذا كانت شبهة بصلاحيته يُبدل بلبن مرضعة صحيحة الجسم. وان كانت اللثة منتفخة وبروز بعض الاسنان متعسراً تُشَقَّ. وان كانت الامعاء قابضة يعطى مسهل خفيف من زيت الخروع. ويوضع الماء البارد او الثلج على الراس على الدوام. وعند حدوث المسبات او التشنج توضع الخردليات على الرجلين. ويكون طعام الولد الحليب ومرق اللحم وهذا المرض شديد الخطر ومتى مات طفل فيه يجب الانتباه الشديد الى من ياتي بعده من الاولاد وغالباً يجب ارضاعه من مرضعة صحيحة البنية لا من والدته مع مراقبة طعامه ورياضته اليومية ونقاوة الهواء وغير ذلك من شروط الصحة وعدم حصره في المدرسة قبل بلوغه السنة السابعة والقوة التامة وقد ينتهي المرض باستسقاء الدماغ المزمن فيكبر الراس وتنفرق عظامه وكل ذلك من الامور العسرة التي تحتاج الى عناية طبيب حاذق

الدفتيريا

هي علة خبيثة كثيراً ما تكون وافدة اي انها تصيب كثيرين في زمن واحد وتتقل حينئذٍ على سبيل العدوى اما بالمجاورة او بوسيلان المادة السامة في الهواء من مكان الى مكان. وهي شبيهة بالذبح في انه يتكوّن فيها غشاء كاذب في مؤخر الفم ربما امتد الى الحنجرة والمسالك الهوائية. ومن المحقق انها معدبة وانها كثيراً ما تنشأ في اول الامر من اجتماع الاقذار في الاسربة وبيوت الخلاء. ومن اسبابها المهيئة سن الاولاد والتعب والتعرض للعدوى واذا دخلت بيتاً فتكون خفية ان كانت شروط الصحة محفوظة فيه وثقيلة هائلة اذا كان الامر بالعكس ولا سيما اذا دخل فساد على مياه الشرب من قذر الاسربة

علامات هذا المرض الاولى انحطاط وبرد وغثيان والم في الحلق وعسر في الازرداد. واذا نُظِر في اول الامر الى الحلق لم يشاهد فيه الا حمرة اللون ثم اذا

نقدم المرض يوماً او يومين شوهد بقع بيضاء صغيرة تمتد وتختلط فتصير كبيرة وربما غطت كل اللهاة واللوزتين وتنتن رائحة النفس. واذا نزعمت الطبقة البيضاء المذكورة شوهد ان السطح الذي تحتها احمر دمدم. وقد يمتد هذا الغشاء الابيض الى الفم او الانف او الحنجرة والقصبه. وترم حينئذ الغدد التي بترب الاذن وفي اعلى العنق ويظهر سعال ائج وعسر البلع وحى. واذا امتد المرض الى الحنجرة زاد عسر التنفس وصار العليل في خطر من الاختناق من انسداد المسالك الهوائية. بواسطة الاغشية الكاذبة التي تتكون على سطحها فاذا نفثها وجد راحة عظيمة ولو كانت وقتية. واذا زاد عسر التنفس وازرق الوجه والشفتان كان ذلك منذراً بالموت. وكذلك اذا حدث نزف دموي من الفم او حمرة او بقع حمراء مكدة في قسم من الجسد ولكن اذا كانت اعراض المرض خفيفة فتأخذ العلة في الهبوط ولا تمتد الى الفم والمسالك الهوائية. وينفصل الغشاء الكاذب بعد يومين او ثلاثة وربما دامت العلة اسبوعين وانتهت بالشفاء

وتتميز الدفتيريا عن الذبحة بان الاغشية الكاذبة تتكون اولاً في الحلق واللوزتين لا في الحنجرة. ثم ان الدفتيريا معدية ناشئة عن مرض في الدم خلافاً للذبحة التي هي التهاب خاص موضعي ولا عدوى منها. وانكر البعض هذا التمييز وقالوا انها علة واحدة

العلاج. يوضع العليل في غرفة نظيفة وان كان الفصل شتاء ترفع حرارتها الى درجة معتدلة متساوية ويدخل اليها بخار الماء الغالي (انظر الذبحة) ويحفظ المريض من الهواء البارد ويعطى مسهلاً خفيفاً ويفذا بمرق اللحم والحليب وتوضع الوضعيات الحارة على العنق كاللنج والاسفنجة المبلول بالماء الحار ويجوز مص الثلج ويطلق الحل المتفرج في الحلق بقلم من الشعر مغموس بهذا المحلول وهو درهم حامض ساليسيليك وفنجان الكحول وفنجانان ماء ثلاث مرات او اكثر كل يوم. ويعطى من الباطن من قهقهة الى خمس قهجات كيناكل اربع ساعات. ولكن اذا كانت الاعراض

شديدة فللطبيب ان يستعمل وسائل فاعل مما ذكر متى حضر. وربما اضطر الامر الى فتح القصبة بالعمل الجراحي وانتهت العلة بالشفاء بعده
وفي مدة المرض يجب الانتباه العظيم الى عدم امتداده بالعدوى الى بقية العائلة فتستعمل المضادات للفساد (انظر صفحة ٧٢) وتُنقى الاوعية والنياب وايدي الذين يخدمون المريض. ومن الموافق ابعاد الاولاد عن البيت وان لم يمكن ذلك فيوضع حجاب من قماش على الباب ويرش على الدوام بمحلول الحامض الكربوليك ويمنع الجميع من الدخول على المريض الا الموكلون بخدمة. وبعد النفاة يهوى البيت او يطرش بالكلس وتستعمل بقية الاحتياطات للتنظيف التام

دق الاولاد وهو الضمور

يراد بهذا الاسم هزال يصيب الاولاد الصغار وربما امتد الى السنة الخامسة عشرة. اعراضه هي خفيفة نحو المساء ربما اخفت عن اهلهم وعرق في الليل وذبول وضعف في الصباح واصفرار الوجه ونقب الانف والشفتين وفقد شهوة الطعام وربما ورمت غدد العنق. ثم اذا تقدم المرض كبر البطن وتضخمت غدد الامعاء بحيث يُشعر بها من الخارج باللمس وتعاقب القبض والاسهال وظهرت حتى دقبة وعرق في الليل وربما حدث قيء وورم الرجلين واذا تقدم المرض اكثر من ذلك فسد الغائط وبخر النفس وقل البول ورسب منه راسب ابيض وفسدت شهوة الطعام فاما انها تكون مفرطة او مفقودة. ثم يزيد هزال الولد وينكمش الوجه الى ان نصير سمته كسمحة الهرم العاجز ويموت من الاسهال والاعياء. وتندوم هذه العلة اسابيع او شهوراً وربما اختلطت بعلة اخرى. واخص اسبابها فساد الهواء وحصر الاولاد في المساكن المزدحمة وسوء الطعام والديان المعوية والتسنين وربما نشأت من اكل التراب وكلس الحيطان

العلاج. اخذه لابلدواء بل بالتدبير الصحي كتنافه الهواء ولا سيما في غرفة

النوم وجودة الطعام البسيط المغذي وطرد الديدان من المعى اذا وجدت وتدير الاسهال بما يوافقته (انظر اسهال الاطفال) وشق اللثة اذا اقتضى الامر واستعمال المقويات وعلى الخصوص الكينا بكميات صغيرة كقشة واحدة ثلاث مرات في اليوم. واذا كان البطن كبيراً يمسد بالزيت صباحاً ومساءً ويلبس حزاماً من الفلانلا. ومن الوسائط المفيدة جداً تبديل الهواء والحمامات الفاترة في الشتاء مرة في اليوم والاستحمام في البحر في الصيف

الدمامل

يختلف الدمل عن الخراج بان في باطنه لباً او كتلة تعرف عند العامة بالشرنقة . وهو اما ان يكون مفرداً او متعددًا او افواجاً متعاقبة وكثيراً ما يكون من عواقب الحميات. واما حجمها فيختلف من المحصة الى البيضة او اكبر منها وتظهر الكبيرة منها غالباً في الاطفال وقفاء العنق والابط وعند اليتيم وكثيراً ما تكون بطيئة السير قبل ان تنفتح ويخرج منها الصديد وربما ذابت مع الوقت بدون ان تنتهي الى درجة التقيح. وقد يظهر منها عدد وافر في جلد الراس . سببها فساد الدم الناشئ من الحر وعدم نقاوة الهواء وسوء الطعام وقبض الامعاء والتسنين في الاطفال

العلاج. اذا كان اللسان قذراً والامعاء قابضة تعطى المساهل اللطيفة ويحى المريض عن الاطعمة الغليظة والاكثر من اكل اللحوم واستعمال كميات صغيرة من كربونات الصودا عند الطعام واللبخ الحارة على الدمامل ومتى تراست تنفتح بالمبضع. وفي الجملة علاجها كعلاج الخراج (انظر الخراجة)

دوار البحر

هو ما يحدث للمسافرين في البحر من دوار الراس والغثيان والقيء. وليس لهذه العلة دواء شافٍ وربما كان السبيل الاوفى لتليين الامعاء قبل السفر ومناولته

الطعام الكافي بضع ساعات قبل ركوب السفينة لكي يهضم وتكون المعدة خالية عند دخول البحر. ولا يؤكل حينئذ بل في اليوم التالي ويكون الطعام خفيفاً وكذلك الشراب ويُطلب الهواء البارد على ظهر السفينة وتُجَنَّب القراءة في أوّل السفر. وإذا حدث الغثيان والقيء فيلزم الفراش وينقطع عن الطعام والشراب

الدوالي

الدوالي غلظ وتمدد في الاوردة مع اعوجاج في سيرها. ومن انواعها دوالي الحبالى في الساقين (انظر الحبل) والبواسير ودوالي الحبل المنوي التي يشعر بها من الخارج كأنها ديدان. وسببها عاقبة او بطوء دورة الدم في الاوردة التي تردّ الدم من اطراف الجسد وسطحو الى القلب ولذلك كانت اوردة الساقين التي تحمل عموداً عظيماً من الدم اشدّها عرضةً لهذه العلة ولا سيما في الحمالين وغيرهم من الذين يتعاطون الاشغال الشاقة. وقد توجد في غيرها ومتى وجدت شوهدها ان الاوردة متفتحة مظلمة اللون واذا جُسَّتْ شعر بها كأنها حبال بارزة لينة متعرجة السير او مجمعة على هيئة عقد مرتفعة وربما آل الامر اخيراً الى نقرح الجلد ونزف الدم من انفجار الاوردة

العلاج. يُسَخَّ الساق او القسم المصاب مكرراً بالماء البارد ويتمنع الوقوف ما امكن وتعطى المقويات او المسهلات عند الاقتضاء. غير ان العلاج الشافي لا يتم الاً بعمل جراحي خاص

الدوسنطاريا

هي من امراض البلاد الحارة على الخصوص واسبابها التعرض للبرد بعد الحر او للانتقال الفجائي من حرّ النهار الى برد الليل كما يحدث كثيراً في الحريف او لتخفيف الثياب عند الحر بلا موجب كافٍ او للنوم على الارض الرطبة. ومن اسبابها الخاصة شرب المياه الفاسدة (انظر صفحة ١٧) والطعام الردي والنمأك

غير الناضجة والقط والفقر والسكن في بيوت ردية الوضع والهواء والتي يغفل عن ضبط اسربتها. ويظهر انها تسري احيانا على سبيل العدوى في السجون والسفن المزدحمة وبين العساكر اذا كان طعامهم ولباسهم ومأواهم رديا ولا سيما عند الانحطاط الادبي الذي يحدث فيهم بعد غلبة العدو عليهم

واعراضها مغص حول السرة وخروج براز لين يوما او يومين ثم يشتد الالم ويمتد الى المقعدة ويصير البراز مخاطيا دمويا مصحوبا بزحير ووجاع حادة ويكثر طلب الخروج وربما صار متواصلا والفترات بينه بضع دقائق فقط. واما الحمى التي تصاحبها فقد تكون خفيفة لا يعاب بها وقد تكون ثقيلة مصحوبة باحمرار الوجه وجفاف الجلد وصلابة النبض مع سرعة واكتساء اللسان بطبقة بيضاء وقد يكون احمر جافا مشققا. واذا كان الالم في المقعدة فقط بلا حمى او مغص في البطن فيكون المرض محصورا في المستقيم وهو المعروف عند العامة بالثقل والتعني. وان كانت رائحة المريض كرائحة الرمة والسحنة مضطربة منكشة والنبض ضعيفا والفواق المعروف بالحزقة موجودا كان الموت قريبا

العلاج. يلزم المريض الفراش ويعطى عشرة دراهم زيت الخروع ويقتصر على قدح حليب حار ينزع عنه السمن كل ساعتين. فان كانت العلة خفيفة زالت بهذه الوسائط والا فيعطى عشرين قمححة من مسحوق عرق الذهب مع فنجان ماء ويستلقي المريض على ظهره ويسكن حتى لا يقيء الدواء الذي من شأنه القيء فان ثباته يعطى عشرين نقطة من صبغة الافيون المعروفة باللودنم ويعاد عرق الذهب بخور ربع ساعة بعد ذلك ويكرر كل ست ساعات الى ان يصير البراز طبيعيا وينقطع المغص والزحير. وقد اتفق اطباء على ان علاج هذه العلة بزيت الخروع او بعرق الذهب كما سبق هو افضل انواع العلاج. وربما اضاف البعض الى ذلك اللبخ الحارة على البطن والحقن بماء الخبازي الفاتر وارسال من عشر الى عشرين على المقعدة وشرب ماء الارز غيران العمدة على

ما تقدم أولاً مع الاقتصار على الحليب الحار ما دام المرض حاداً. ثم لابد من اخراج البراز من الخدع ولا يجوز اجتماعه هناك لئلا يفسد الهواء. وعند النفاهة يدوم الطعام لطيفاً الى ان تعود القوة كما كانت

الدوسنطاريا المزمنة

اما انها انتقال من الحالة الحادة الى الحالة المزمنة او انها تبدأ على درجة خفيفة وتدوم كذلك. وتتميز عن الاسهال المزمن بكون الخروج مخاطياً دمويّاً مصحوباً بشيء من الثقل في المتعدة والزحير. افضل علاج لها الحمية عن الطعام والاقتصار على المرق والارز والبيض واللبن وكثيراً ما نستعصي على الطبيب فلا يبقى امل للشفاء منها الا من سفر البحر وتغيير المناخ

دوسنطاريا الاطفال

قد تظهر فجأة وقد تكون عقيب الاسهال البسيط. وتتميز بالبراز المخاطي الدموي والزحير او المغص وبكاء الطفل الى ان يخرج فيرتاح الى ان يعود التكلف الى البراز. وعلاجها لطفل ابن سنة نصف درهم من زيت الخروع كل اربع اوست ساعات الى ان يصير الخروج طبيعياً مع الاقتصار على حليب مرضعته او الحليب الاعنيادي اذا كان مفطوماً واستعمال اللبغ الحارة على البطن والحفن بقليل من النشاء والبيض والماء. واذا دعى الامر الى استعمال وسائط افعل من ذلك فلا يجوز الالتجاء اليها الا بامر الطبيب

الديايطس وهو البول السكري

اعراض هذه العلة كثرة البول ووجود السكر فيه مع عطش وهزال على ان شهوة الطعام تشتد اشتداداً مفرطاً. وهي علة يندر شفاؤها ولكنها تقبل التلطيف بواسطة التدبير العام للصحة وتجنب المأكولات السكرية والنشائية كالخبز والارز

والبطاطا والاعتماد على اللحم والبيض والحليب. وليس فيها خطر قريب بل ربما عاش الانسان فيها سنين كثيرة وعلى الخصوص اذا اتبع مشورة الطبيب في امر الدواء ومراعاة شروط الصحة. واما الكواشف الكيماوية لاستعلام وجود السكر في البول فدقيقة لا يعتمد عليها الا اذا اجراها الطبيب الخبير

الديان المعوية

الديان التي تَحَلُّ في الامعاء البشرية على ثلاثة انواع ١. العريضة وهي بيضاء مسطحة مفصلية طويلة ربما بلغ طولها عشرين قدماً. ٢. المستديرة ويقال لها الخراطينية لمشايتها لدود التراب المشهور. ٣. الخيطية وهي على هيئة خيوط قصيرة دقيقة كخيوط القطن. والغالب ان العريضة منها تصيب البالغين والمستديرة الاولاد والخيطية كليهما. وتشابه اعراض الديان بحيث انه لا يمكن معرفة النوع الموجود بالتحقيق الا بالبحث في البراز

١. الدودة العريضة مقرها في المعى الغليظ او في المعى الدقيق او في كليهما وربما بلغ طولها عشرين قدماً او اكثر. وهي بيضاء اللون عرضها من ثلث الى نصف قيراط ومكوّنة من قطع متصلة بعضها ببعض طول القطعة نحو قيراط. وعند الراس تستدق جداً وتصير على شكل خيط القطن الابيض وتكون القطع هناك قصيرة. واما الراس نفسه فبقد راس الدبوس مثلث الشكل ويتميز باربع نقط سوداء عليه هي مصات تتعلق بواسطتها الدودة بجدار المعى. ونحو طول الدودة بتكوين قطع جديدة في العنق واما القطع الكاملة البلوغ عند الذنب فتسقط وتخرج مع البراز. ثم ان القطع التي تسقط تتضمن بيوضاً كثيرة اذا دخلت معدة حيوان سرت الى لحمه وصارت اجنة فاذا اكل الانسان ذلك اللحم ووصلت الاجنة الى امعائه فرمما تكونت منها الدودة العريضة. ولذلك يكون من اسباب وجود هذه الدودة في الانسان اكله اللحم النيء الذي لم يطبخ طبخاً ناضجاً لانه قد

ثبت ان الطبخ الكافي يهلكها

اعراضها الغالبة تعب والم في الامعاء وقذر اللسان وبخر النفس وخلل شهوة الطعام فتكون احيانا مفقودة وحيانا اخرى مفرطة وحكاك الانف والمعدة وصرير الاسنان مدة النوم وبقطة الاولاد منه بالخوف او الصراخ . وكثيرا ما يكون صداع ودوخة وسعال جاف وخفقان وحاسة غريبة في المعدة تعبر عنها العامة باللي والفرك وفي النساء اعراض هستيرية وربما حدث منها في الاطفال تشنجات عصبية او حميات متفترية او خوريا (انظر خوريا) . ومع ذلك تظهر احيانا قطع من

الدودة مع البراز وهو الدليل الوحيد على التشخيص الجازم بوجودها

العلاج . للدودة العريضة ادوية كثيرة اشهرها وافضلها بزر الكوسا وزيت السرخس الذكر وزيت التربينينا والكوسو وهو المعروف بالعشبة الحبشية . اما بزر الكوسا او القرع او اليتطين فهو سهل المأخذ فعال غالبا يؤخذ منه للبالغ ١٠٠ درهم ويقشر وي سحق اللب مع ١٠٠ درهم ماء ويشرب نصفه عند النوم والنصف الآخر صباحا وبعد ذلك بساعتين ٨ دراهم زيت الخروع ويكون الطعام كل ذلك اليوم مرق اللحم والشوريا . وزيت السرخس الذكر يباع عند الصيدلي على شكل كبسول يؤخذ بحسب التعليمات المطبوعة معه . وزيت التربينينا يؤخذ منه اربعة دراهم مع ثمانية دراهم زيت الخروع للرجل القوي ولا يعطى للاولاد . ومسحوق العشبة الحبشية يؤخذ منه درهمان عند النوم ودرهمان صباحا ويعقب بثمانية دراهم زيت الخروع . وما ثبتت فائدته ايضا قشر جذر الرمان الطري يؤخذ منه ١٦ درهما ويغلى في ٢٠٠ درهم ماء الى ان يبقى نحو النصف فيصفى ويؤخذ منه فنجانان صباحا باكر اكل نصف ساعة الى ست جرعات فان لم تسهل الامعاء يؤخذ حينئذ ٨ دراهم زيت خروع فتخرج غالبا الدودة مع البراز . وفي كل حال اذا لم يخرج راس الدودة الدقيق المثلث الشكل فتنمو مرة اخرى وتظهر قطعها في البراز بعد شهرين او ثلاثة . ولذلك يجب غسل الدودة والبحث عن

راسها بالعين المجردة او بالمكركوب

٢. الديدان المستديرة. مفرّ هذه الديدان في كل اقسام المعى وربما صعدت الى المعدة وهي شبيهة بدود الارض لونها احمر خفيف او ابيض نصف شفافة خلف راسها انخفاض مستدير وعليه ثلاثة بروزات صغيرة والفم بينها. اعراضها كاعراض الدودة العريضة مع الم شديد يحدث احياناً في المعدة او الامعاء ولا يحكم بوجودها حكماً جازماً الا اذا شوهد بعضها في البراز. علاجها السنتوين يعطى منه للولد من قسيحة الى ثلاث قمحات وللبالغ خمس قمحات عند النوم ومثل ذلك صباحاً وبعد ساعتين جرعة من زيت الخروع. ويصنع منه اقراص تُباع عند الصيدلي ويؤخذ منها بحسب الكمية الداخلة فيها

٣. الديدان الخيطية. اكثر مفرها في القسم السفلي من المعى في الاولاد الضعفاء القذرين فتسبب حكاً شديداً في المتعدة وتخرج مع البراز وتخرج في الليل على الثياب وربما دخلت مهبل الانثى او بين حشفة وقلفة الذكور وسببت هناك حكاً وافرازاً. علاجها حقن المعى بملعقة ملح كبيرة او خمس قمحات كينا مع ٨ فناجين ماء. ويعاد ذلك مرتين في اليوم الى ان ينقطع الدود والحكة في المتعدة. ومن الحقن المفيدة منقوع خشب الكواسيا وربما وجب استعمال زيت الخروع مع الوسائط المذكورة

ذات الجنب وهو التهاب البليورا

البليورا غشاء مصلي يغطي ظاهراً الرئة وينعكس ويبطن التجويف الصدري. واعراضه الاولى قشعريرة غالباً وحى وشكة في الصدر يُشعر بها عادة على مساحة حلقة الثدي ممتدة الى جهات مختلفة. ويصاحب ذلك سعال قصير جاف وتنفس قصير يتوقف من الشكة والم يزيد عند السعال والتنفس الطويل ويكون النبض سريعاً صلباً متوتراً واللسان ابيض والبول قليلاً احمر والمجالد حاراً جافاً.

ولا يضيّع العليل الألى الجانب المصاب . اسبابه البرد او لطات خارجة ربما كسرت بعض الاضلاع وكثيراً ما يظهر مدة سير الحميات المتقطعة او المتفترة . واذ لم يتوقف حدث ارتشاج سائل في التجويف الصدري اي بين الرئة والوجه الباطن لجدار الصدر . وفي الاحوال الخفيفة ينتهي الالم الحادّ والحى نحو اليوم الرابع او الخامس ولكن اذا ارتشح سائل دام السعال وعسر التنفس زمناً ليس له حدّ معلوم ويتميّز التهاب البلبورا عن التهاب جوهر الرئة بكون الالم واخزاً في الاول ثقيلآ في الثاني وبان السعال قصير جاف خالٍ من النفت في ذات الجنب واطول في ذات الرئة مصحوباً بنفت مزبد قريميدي اللون من اختلاطه بالدم . ويتميّز عن نفرالجيا البلبورا اي ألمها العصبي بوجود الحى مع الالتهاب

العلاج . يلزم المريض الفراش ويحفظ من البرد ويقلل الحركة والطعام ويخفف الطعام . ثم ان كان العليل قوياً والالم شديداً فقد يفصد من الذراع ويحدث من ذلك راحة من الالم وامكان التنفس الطويل . وان كان ضعيفاً يوضع من العلق عدد مطابق لسني عمر المريض . ومن الادوية يفيد خمس قمحات من مسحوق دوفر كل اربع ساعات ونحو عشرين قمحة من الكالورال عند المساء لاجل راحة الليل

وقد تزمن ذات الجنب في صاحبها حتى في الليل وسرعة النبض وهزال وعسر التنفس عند الاجهاد وعدم طاقة المريض على النوم على الجانب الصحيح . وعلاجه اولاً بالمقويات والطعام المغذي وثانياً طلي الجانب المصاب مرة في اليوم بصبغة اليود وشرب خمس قمحات بودور البوتاسيوم مع فحجان ماء ثلاث مرات في اليوم لاجل امتصاص ما يكون من السائل المرشح . ولكن اذا كان السائل غزيراً يجعل بروزاً في الجانب المصاب فيجب له الاستخراج بالبنزل الجراحي

الذبحه

الذبحه من امراض الاولاد الثقيلة . وهي تبدأ احياناً فجأة في الليل وغالباً يسببها حي خفيفة مصحوبة بعطاس وتدمع العينين وسعال ناشف وبحة في الصوت . ومتى انجلي ظهور المرض يستفيق الولد من النوم وعليه علامة الاختناق ويسعل سعالاً ابحج له رنة معدنية خاصة به شبيهة بصياح الديك اونج الكلب ويصعب التنفس ويشق الهوائ كأنه من انبوب معدني . ويكون السعال اولاً جافاً ثم يصحبه خروج سائل مخاطي يأتي بالراحة وربما انتهى المرض حينئذٍ

واذا لم ينته المرض على الكيفية المذكورة تكوّنت مواد غشائية بيضاء في الحنجرة على شكل انايب لا تُنفث الا بالمجهود العظيم فيجهر الوجه او يكمد ويغرق الجسد وتنقبض الاصابع ويرمي الولد ما عليه من الغطاء ويجلس احياناً في الفراش متكلاً التنفس ونحظ العينان ويحمرّ بياضها ويسرع النبض ويتصلب ويرفع الولد يديه نحو عنقه كأن هناك سدة . ثم في الصباح تحسن الحال وربما بقيت كذلك طول النهار الى ان يأتي الليل فتعود اعراض التنفس الاختناق . ويدوم المرض من يوم واحد الى خمسة ايام فان انتهى بالشفاء كان ذلك على سبيل نفث كمية وافرة من المواد المذكور آنفاً وتلطّف الاعراض شيئاً فشيئاً . وان انتهى بالموت اشتد السعال وعسر التنفس والضعف واعراض الاختناق وربما سبقة التشنج . أكثر حدوث هذا المرض بين السنة الاولى والخامسة من العمر ويندر بعد ذلك كلما تقدم الولد في السن واذا حدث فيكون خطر الموت منه قليلاً

اسباب هذه العلة البرد والتعرض للهواء الرطب السريع التغيير من الحر والجفاف الى البرد والرطوبة . غير ان في بعض الاولاد ميلاً خاصاً لما فتفعل فيهم الاسباب المذكورة ولا تفعل في غيرهم . واذا اصاب المرض ولدأمره كان عرضة لرجوعه مرة أخرى . وربما حدث على شكل وافد والغالب ان المواضع المنخفضة

الرطوبة موافقة لظهوره . واما التمييز بين الذبجة والدفثيريا فذكر في الكلام على
الدفثيريا

العلاج . متى ظهرت الاعراض الاولى كالسعال الخاص بالذبجة وحبّة
الصوت يُعطى الولد ملعقة صغيرة من زيت الزيتون المحلو ثم نحو ملعقة صغيرة من
شراب عرق الذهب كل ساعتين لاجل تسهيل النفث ويدهن العنق بزيت
اللوز . ومتى انجلت اعراض المرض وتحقق وجوده يعطى لولد بين السنتين والثلاث
ثلاثة دراهم من خمر عرق الذهب مع فجاني ماء فاتر كل خمس دقائق الى ان
يحدث القيء . ويعان عمل المقيء بوضع الولد في مغطس ماء فاتر نحو ثمان دقائق .
فان حصلت راحة يعاد المقيء بعد ساعة او اكثر ثم يعطى نحو عشر نقطات من
الخمر المذكور مع ملعقة ماء صغيرة كل نصف ساعة . وتوضع علقة واحدة لكل سنة
من سني الولد على القسم العلوي من عظم القص ومتى سقط العلق يضغط بالاصبع
على العظم الى ان ينقطع الدم ولا يستخرج دم اكثر من ذلك بواسطة اللنج الحارة .
ثم متى انتقطع عمل القيء فان لم يكن قد حصل براز كاف فيعطى الولد ملعقة من
زيت الخروع . واذا كان الطفل صغير السن ضعيف البنية يُبدل العلق بمجمّرات
خردلية او اسفنجية مبلولة بماء حار على اسفل العنق واعلى الصدر . ولا يجوز من الطعام
الا اوراق اللحم القوية وان لزم فيكره الولد على اخذها او يُجتن بها . ويجب رفع
حرارة المخدع وحفظها على درجة واحدة متساوية ما امكن بواسطة غلي الماء وانتشار
بخاره في المكان . وقد نصح احيانا فتح النصبه بواسطة عمل جراحي في اشتداد المرض
والخطر

وهناك نوع من الذبجة يقال له الذبجة التشنجية ويتميز بعدم وجود الحمى
والسعال وبشبهتي صياحي كصياحي الديك . وهي علة عديمة الخطر تعالج بالخردليات
والحمام الفاتر وتلين الامعاء ومفادير صغيرة من بروميد البوتاسيوم اذا طالمت

الرئتان (التهابهما)

يبدأ هذا المرض عادةً ببردٍ وحُمىٍ ويصاحب ذلك سعال يكون أولاً قصيراً جافاً ثم يصبحُ نفث رقيقٍ رغوي يتحوّل بعد ذلك الى مالهونهُ كالترميد او صدّاً الحديد او يكون مخطّطاً بالدم. واللون المذكور هو المميّز العظيم بين هذه العلة التي مجلسها جوهر الرئة والتهاب شعب الرئة التي تستطرق الى جوهرها. وتعرف الاولى بذات الرئة وهي اشدّ خطراً من الثانية. ولا يصاحبها ألم الا اذا امتد الالتهاب الى البليورا اي الغشاء الذي يغطي الرئة فيكون حينئذٍ ألمٌ ناخس في الجانب المصاب او تحت حمة الثدي يشتدّ عند السعال او النفس الطويل (انظر التهاب البليورا). غير انه سواء وجد هذا الألم الحادث اولم يوجد فيشعر بوجعٍ ثَقِيلٍ في الصدر ويسرع التنفس ويقرر فيرتفع عددهُ من ست عشرة مرة في الدقيقة الى اربعين مرة او اكثر وترتفع الحرارة الى ١٠٤ ف او ١٠٥. اذا كان المرض خفيفاً اخذ في الانحطاط نحو اليوم الخامس او السادس وقد يطول الى اليوم الخامس عشر. والقاعدة الاغلبية في ذلك انه اذا لم تتجاوز الحرارة ١٠٤ ف والنفس ١٢٠ في الدقيقة والتنفس ٢٥ مرة في تلك المدة وكان المريض صحيح البنية انتهى المرض في ثمانية او عشرة ايام. واذا كانت الحال ردية ففي اليوم الرابع والخامس يسرع التنفس ويعسر وتزداد سرعة النبض وتشتد الحرارة ويظهر الهذيان ثم السبات.

العلاج. يلزم المريض الفراش وتُمنع مجاري الهواء عن المكان وتعدّل حرارته على درجة واحدة ويحذّر من تغيّرات حرارة الهواء ولا سيما من برد الجسد. ويُمنع المريض من الكلام الكثير والحركة لان ذلك يسرع التنفس. اذا كان الألم موجوداً والعليل حدثاً قوياً فيوضع من العلق عدد مساوٍ لعمره الى ثلاثين علقه على الحلق المتألم ويُعقّب ذلك بلمخ بزر الكتان الحارة وتدام اللبخ المذكورة الى نهاية المرض واذا كان المرض ثَقِيلاً فيحاط جميع الصدر والظهر بها على هيئة صدرية تبدل كل

ساعة أو ساعتين فإن ذلك يوجه الدم من العضو الباطني الملتهب الى ظاهر الصدر ويسبب عرقاً مفيداً وقد شاهدت فائدة عظيمة من هذه الوسطة البسيطة. واما الادوية فربما وجب مسهل خفيف في اول الامر وما بقي منها فلا يصح في غياب الطبيب الا استعمال ثلاث نقط من صبغة الاكونيت مع ملعقة ماء كل ساعتين. واذا كان المريض متقدماً في السن او ضعيفاً فيعطى خمس قمحات من كربونات الامونيا مع ملعقة ماء كل ساعتين

واما التهاب الرئتين في الاطفال فكثير الحدوث وهو يحتاج الى كلام خاص لانه قد تكون اعراضه خفية تخدع العامة وربما خدعت الطبيب ولا سيما في عرض في اثناء سير امراض مختلفة كالحصبة والحُميات والامراض المعوية وغيرها. ولا يخفى في المرض غالباً اذا كان سببه البرد وهو السبب الغالب او لم تحبب مرض آخر. عند بدء المرض تظهر الحمى ثم سعال جاف ونشوفة الشفتين واحمرار الوجه وقذر اللسان وحرارة الجلد وقصور وعسر التنفس وتمدد المخثرين عند كل شهقة. ويكون الفم مفتوحاً لدخول زيادة الهواء ولذلك يحفّ. ويرتفع عدد التنفس من ٢٠ الى ٥٠ مرة في الدقيقة وعدد النبض الى ١٥٠ او اكثر والحرارة الى ١٠٥° او اشد من ذلك. واما العلامات المميزة بين التهاب الشعب والتهاب ذات الرئة فهي ان في التهاب الشعب يكون الجلد والفم رطبين والتنفس صغيراً والسعال عالي الصوت والنفث اذا خرج ابيض والطفل ضيق الخلق ضجراً. وفي التهاب الرئة يكون الجلد والفم حارين جافين والتنفس قصيراً لا يصحبه صوت صغيري والسعال صلباً قصيراً ضعيفاً والنفث اذا خرج قريماً مزبداً والطفل مخملاً. وعلاجه المسهلات الخفيفة والنج بزر الكتان الحارة على جميع الصدر ونحو نصف ملعقة صغيرة من شراب عرق الذهب كل اربع ساعات مع الطعام الموافق واجتناب البرد

الربو (الأزما)

الربو عسر وتشنج في التنفس يحدث على هيئة نوب . وتأتي النوبة غالباً في الليل فيجلس المريض في الفراش أو يتوكل على كرسي أو شيء آخر ويتنفس بعسر عظيم وصوت صفيري ويكمد لون الوجه وتحتظ العينان ويكتسي الجلد بالعرق البارد ويطلب الهواء فكأن المريض يموت خنقاً . ثم بعد ساعة أو بضع ساعات تهيج النوبة وتنتهي بنفث مادة بلغمية أو مخاطية لزجة وقد تدوم النوبة أياماً . وإما الفترات بين النوب فقد تكون طويلة تمتد الى شهور وقد تكون قصيرة

العلاج مدة النوبة يبدأ بوضع خردلية كبيرة على جميع الصدر الى ان يحمر الجلد احمراراً جيداً فاذا لم يحصل فائدة من ذلك يُعطى المريض نصف درهم من صبغة الافيون ودرهم اثير مع نصف قدح ما او يحقن بالمورفين تحت الجلد . وكثيراً ما يفيد البرش بالنارجيلة او السيكرة وكذلك استنشاق نحو نصف درهم من الكلوروفورم موضوعاً على حمرة . وان جاءت النوبة عقيب طعام ثقیل يعطى عشرين قسيحة من مسحوق عرق الذهب (ايبكا كيوانا) ليحدث القيء وان كانت الامعاء منقبضة يعطى مسهلاً من الملح الانكليزي اوزيت الخروج

واما العلاج مدة الفترات فيقوم بتدبير المعيشة ومراعاة شروط الصحة ولا سيما في ما يتعلق بالطعام والتخفظ من البرد وتجنب الاسباب المهيجة للنوب والتي يعرفها المريض من التجربة والاستحمام بالماء البارد او بماء البحر . وكثيراً ما يستفيد المريض من تغيير الهواء اما بالانتقال الى بيت آخر او الى بلد اخرى . واما الادوية التي تمنع النوب فافضلها الادوية المقوية للمعدة ولعموم الصحة وعلى الخصوص نحو فنجان من مغلي خشب الكينا مع عشر قشحات من بودور البوناسيوم ثلاث مرات في اليوم قبل الطعام بنصف ساعة او حبوب زرنخات الحديد واحدة منها مرتين او ثلاث مرات في اليوم

الرحم (امراضها)

انقطاع الحيض. يبدأ الحيض بين السنة الثالثة عشرة والرابعة عشرة وينتهي نحو الخامسة والاربعين. وقد ينقطع هذه الاسباب اولاً مدة الحمل والارضاع غالباً. ثانياً قد يتأخر ظهوره في الزمن الواجب. ثالثاً قد تحيض المرأة مدة ثم ينقطع حيضها. رابعاً قد ينقطع ظهوره لما منع ميكانيكي او لعلته في الرحم. خامساً ينقطع لسبب تقدم السن وهو سن اليأس

١. اذا كان سبب انقطاع الحيض الحمل او الارضاع فهو امر طبيعي لا يُعَرَّضُ لَهُ

٢. اذا تأخر ظهوره في السن الاعنيادي كانت الاعراض غالباً ضعف البنت واصفرار لونها وقلة بروز الثديين ووجاع دورية في الظهر والحنوتين وصداع يتردد في اوقات غير معلومة وفساد شهوة الطعام وربما صار لون الوجه مظلماً مخضراً وعليه حب الصبا. وعلاج هذه الحالة المتقويات ولا سيما ما تضمن الحديد والرياضة المعتدلة في الهواء والطعام الجيد المغذي وانسراح الخاطر والاستحمام بالماء البارد والخرديات على اسفل البطن. ولكن ان كانت البنت صحيحة الجسم البنية واللون جيداً وحدث عند كل دور شهري ألم في الظهر والحنوتين واحمرار الوجه ودوار وصداع في الراس فتعطى المساهل وتوضع الخردليات على اسفل البطن ويلقى خمس علقات عند الاربية اي اصل الفخذ على الجانبين ويدام ذلك مرة كل اربعة اسابيع الى ان يظهر الطمث ثم تستحم بالماء الحار عند قرب الدور الحيضي. ويجب ان يكون طعامها خفيفاً ورياضتها كثيرة. واما الادوية المدرة للطمت فلا يجوز استعمالها الا بمشورة الطبيب

٣. قد يظهر الحيض مدة ثم ينقطع. وهذا كثيراً ما يكون عند اول بلوغ الانثى قبل تمكن الطبيعة من العادة ولا سيما اذا تبللت الرجلان او حدث تمب

او انفعال نفسي او خوف فر بما توقّف او امتنع الافراز بغتةً فيحدث حينئذٍ صداع وتعب عام والم في اسفل البطن . واذا انتقطع الحيض المرة بعد المرة في كل شهر حدث اضطراب عام في جميع الجسد كما يحدث اذا لم يظهر في الزمن الواجب من سن الاثني . وقد ينتقطع الطمث في بعض الامراض كالسل الرئوي وبعض انواع الانزفة وتكون الاعراض حينئذٍ اعراض المرض الخاص لا الاعراض التي ذكرت سابقاً

العلاج . اذا كان سبب انتقطاع الحيض مرضاً من الامراض المضعفة فلا يحتاج الى علاج خاص . ولكن اذا اصاب النساء الصحيات الجسم فان كانت المرأة شديدة الامتلاء وجب تخفيفه بالمساهل وتلطيف الطعام وممارسة الرياضة . وان كانت ضعيفة البنية وجب تقويتها بالوسائط المذكورة آنفاً . واذا انتقطع الحيض بغتةً بعد ظهوره في دوره الشهري فيستعمل حمام حارّ حالاً بعد التعرض لسبب الانتقطاع

٤ . قد لا يظهر الحيض لسبب ميكانيكي غالباً في البنات اولعنة في الرحم غالباً في النساء وهي من الامور التي لا يدركها الا الطبيب بالاستقصاء او الفحص الدقيق

٥ . ينقطع الحيض نحو السنة الخامسة والاربعين ويقال له سن الياس . وفي السن المذكور قد تتغير حياة المرأة من هذا القبيل بدون حدوث اعراض مزعجة فيقل الطمث تدريجاً الى ان ينقطع . غير انه يحدث لبعض النساء نحو السنة الثانية والاربعين او الثالثة والاربعين اغماء وخنقان وكرب وانتفاخ في الساقين والبطن وصداع عصبي والم الثديين ونفاس جليدي ورعاف ونزف باسوري . وربما شكت المرأة ثقلاً في الراس في النهار وارقاً في الليل واعراضاً هستيرية وعدم ضبط البول وضيق الخلق . فاذا استوجب الامر علاجاً كان بحسب الاعراض . اما الصداع وثقل الراس فتدهن الجبهة والصدغان بماء كولون المشيع بالمكافور .

واللارق عشر قممات من هدرات الكلورال مع فجمان ماء عند النوم او مثل ذلك من بروميد البوتاسيوم . وللخفقان والضعف العام المقويات كالكينيا والحديد .
والاعراض المستيرية فلربنات الكينيا قمحان ثلاث مرات في اليوم

عسر الحيض . اعراضه الم في الظهر او الحقوين واسفل البطن قبل ظهور الدم بضع ساعات او ايام وربما حدث تقطع في الالم وفيء واسهال والم عند استطلاق البول واعراض عصبية او هستيرية . وقد يزول كل ذلك عند ظهور الحيض وقد يدوم يوماً او يومين . وعلاجه مراعاة الصحة العمومية والرياضة والاستحمام بالماء البارد او بماء البحر واجتناب البرد وكل انواع التهيج عند قرب الدور الشهري . ومتى ظهر الالم توضع اللبخ الحارة على البطن والافضل من ذلك الجلوس في حمام ماء سخن من ربع الى نصف ساعة ثم القيام الى الفراش وملازمته الى ان يزول الالم ويفيد ايضاً تغطيس الفلانلا بالماء الحار وعصرها ووضعها على اسفل البطن والفرج بعد الخروج من المغطس سخن . وربما وجب استعمال شيء من المستحضرات الحديدية مع الاعناء بتليين الامعاء

كثرة الحيض على ثلاثة انواع فاما ان تكون الفترات بين ادوار الشهرية قصيرة او انه يدوم مدة أطول من العادة او تكون كميته اكثر من الكمية الاعيادية . والفائدة الاغلبية في حال الصحة انه يحدث مرة في ثمانية وعشرين يوماً ويدوم نحو خمسة ايام ويخرج من الدم نحو اثنين وثلاثين درهماً . اسبابه حالتان متضادتان وهما شدة الامتلاء في البعض والضعف في البعض الاخر . فان كان ناشئاً من شدة الامتلاء سببه غالباً قشعريرة واوجاع في الراس والحقوين واحمرار الوجه وارتفاع الحرارة . وان كان سببه الضعف وهو الاغلب فيصاحبه اصفرار الوجه وضعف عام واغماء واوجاع عصبية وكرب النفس وقرقر وقبض الامعاء والم ثابت في الظهر والحقوين والفخذين . واكثر النساء اللواتي يُصنَّ بهذه العلة هن اللواتي ولدن وارضعن اولاداً كثيرين

العلاج . في كل حال من الحالتين المذكورتين آنفاً لابد من الاستلقاء على الظهر في الفراش مع الهدوء التام وإذا كان الافراز غزيراً فتوضع مناشف مبلولة بالماء البارد على اسفل البطن وبين الفخذين . وإن كانت العليلة دموية المزاج يخفف الطعام فتقتصر على الارز والحليب والشوربا . وإن كانت ضعيفة البنية مصفرة الوجه فتعطى طعاماً مغذياً ورطباً وجب لها الكينا والمقويات مدة الفترات بين الادوار الشهرية وافضلها عشرون نقطة من صبغة ميوريات الحديد مع فنجان ماء ثلاث مرات في اليوم والاستحمام بالماء البارد او في البحر مع الراحة والرياضة المعتدلة ولا سيما في المركبات . وإن كان النزف شديداً فربما وجب من الادوية ما لا يستطيع ان يتصرف بها الا الطبيب

التهاب الرحم يبدأ احياناً بتعشيرة نعيمها سرعة النبض وحمى غير ان الاعراض المميزة هي الم في اسفل البطن يشتد عند الضغط والم في الحتوبين والفخذين وعسر التبويل وتواتره ويكون البول حاراً محرقاً وإذا سكن في الوعاء تكدر وثقل وانتفاخ في البطن وحمى وكثيراً ما يكون غشيان وقىء ثم بعد يومين او ثلاثة يخرج من المهبل سائل خفيف اللون اولاً ثم يثقل ويصبغ الشوب او المنشفة بلون احمر مائل الى الصفرة . وكثيراً ما يصحب هذه الاعراض اسهال والتهاب البواسير اذا كانت العليلة عرضة لها . اسبابه البرد وعلى الخصوص بعد الولادة واللطات او السقطات وخلل الحيض وربما حدث من استعمال الحقن القوية او المحمولات التي تصفها القوابل الجاهلات لاجل الحبل وكثرة الجماع والضرر عند الولادة والتعب المفرط والتعرض للبرد في وقت الطمث

العلاج . يوضع العلق على القسم السفلي المتالم من البطن ويُعْتَب بالبلع الحارة وإذا كان الالتهاب خفيفاً فيستغني عن العلق بالخرديليات . وإن كان هناك قبض فتعطى مساهل خفيفة كشتيرات المغنيسيا وإن كان اسهال فتعطى كميات صغيرة من زيت الخروع . ولا بد من الراحة التامة في الفراش واجتناب الوقوف والمشي

والجلوس في الفراش مع تخفيف الطعام الى ان تكون قد زالت اعراض التهاب
التهاب الرحم المزمن او احتقائه. هو درجة خفيفة من النوع الحاد الذي
سبق ذكره فربما اتى تدريجاً او كان بقية التهاب الحاد. اعراضه الم في اسفل البطن
والسيلان الابيض (انظر السيلان الابيض) والشعور بثقل والم في الحنون وعسر
الطمث. واذا طالت هذه الاعراض صارت سبباً لعلل كثيرة كتنخم الرحم وانحراف
وضعه وحدوث التقيح بقربه او ثقرح فيه. وعلاجه صيغ اسفل البطن بصيغة اليود
مرة في اليوم او حرقاات صغيرة متكررة مع الراحة في الفراش ما امكن وتليين
الامعاء اذا اوجب الحال ومعالجة البواسير اذا وجدت والجلوس في الماء البارد
بضع دقائق كل يوم والمتويات كالكيما والحديد. واذا استعصى على هذه الوسائط
تعطى خمس قمحات من يودور البوتاسيوم مع فنجان ماء ثلاث مرات في اليوم
هبوط الرحم عبارة عن سقوط الرحم اسفل وضعه الطبيعي. وهو يصيب
النساء اللواتي ولدن اولاداً كثيرين وقد يكون سببها الاجهاد في رفع الاثقال او
التعب المفرط او الضعف العام وارتخاء الانسجة. وتختلف درجته من هبوط يسير
الى خروجه الى الظاهر. واعراضه ثقل في اسفل البطن ووجاع عند الاربيتين
والنخزين والسيلان الابيض وكثيراً ما يحدث تواتر التبول لسبب الضغط على
المثانة وقبض الامعاء للسبب المذكور. وتضعف عادة الاعضاء الهاضمة فيؤثر ذلك
في عموم الصحة. وعلاجه المتويات وملازمة الفراش ما امكن وحنن المهبل بالماء
البارد والعليلة مستلقية على الظهر وربما وجب استعمال الحقن القابضة المذكورة في
فصل السيلان الابيض واستعمال احزمة وآلات خاصة لهذه العلة. وربما كان
هناك تفرج للطبيب ان يعالجه

الرمل البولي

الرمل رسوب في البول وهو على نوعين الاحمر والابيض. اما الاحمر فمكون

من الحامض اليوريك وينشأ غالباً عن سوء الهضم او مرض في الكبد او التهاب
 المفاصل الحاد او النقرس او حمى او علة النهاية . والايض مكوّن من فصّات
 الامونيا والمغنيسيا والكلس (الفصّات الثلاثي) وهو يخرج مزوجاً مع البول
 مكوّراً له واذا اُحمي البول قليلاً في انبوبة لم يذب الراسب خلافاً للحامض
 اليوريك الذي لا يكثر البول عند خروجه بل يرسب متى برد واذا اُحمي البول
 قليلاً ذاب الراسب . والراسب الابيض يدل على مرض اشدّ مما يدل عليه الراسب
 الاحمر وقد يمتزج النوعان في البول الواحد . متى كان الراسب ابيض او مائلاً الى
 الصفرة كانت الاعراض غالباً أليماً ناخساً في الصلب يمتد الى الفخذ وطلب التبول
 وحرقة عند خروج البول وثقلّ الخصية في الذكور وترفع الحرارة قليلاً في
 الجسد . وحياناً يشكو المريض فجأة أليماً حاداً في الظهر والحقوين مصحوباً بغثيان
 وفيء مع طلب التبول ويكون البول حينئذٍ قليلاً احمر او دمويّاً ثم في بعض
 النوب الالية يشعر فجأة براحة تدل على مرور حصاة صغيرة من الكلية الى الحالب
 ثم الى المثانة . واذا وصلت الحصاة الى المثانة فاما انها تبقى هناك وتكبر وانما اذا
 كانت صغيرة تخرج مع البول

العلاج . مدة نوبة الالم الشديد بوضع المريض في حمام حار ومتى خرج منه
 يُعطى خمساً وعشرين قمحة من هيدرات الكلورال ويعاد ذلك بعد ست ساعات
 اذا بقي الالم . وما يفيد المحجّامات الجافّة (كاسات الهواء) على الصلب وتليين الامعاء
 وشرب كميات كبيرة من ما الشعير . ومتى زالت النوبة فعلاج الرمل الاحمر بالطعام
 النباتي ونحو عشرين قمحة من كربونات الصودا او كربونات المغنيسيا ثلاث مرات
 في اليوم او مياه فيشي . وعلاج الرمل الابيض او الاصفر بالحوامض كخوخ عشرين
 نقطة من الحامض النتريك المخفف مع ماء او مع نقيع قشر البردقان . وما يفيد
 ايضاً الطعام المغذي والمقويات كالكيينا

الروماتزم وهو داء المفاصل

يقسم الروماتزم الى حاد وهو المصحوب بحمى ومزمن وهو الخالي منها
اما الروماتزم الحاد فيصيب غالباً الاحداث في السن ويندر في الشيخوخة.
وسببه التعرض للبرد الرطب. واعراضه حتى مع سرعة النبض وحرارة الجلد وقدر
اللسان وقلة البول ورسوب مادة يميل لونها الى الحمرة القائمة والم في احد المفاصل
الكبيرة الذي يرم ويحمر ولا يطبق الحركة واللمس . وقد يصيب الالتهاب جملة
مفاصل او جميعها ولكن الغالب انه يصيب مفصلين او ثلاثة في زمن واحد ثم ينتقل
الى غيرها بفترة وينزل الالتهاب من الاولى بفترة ايضاً . وكثيراً ما يصاحب ذلك
عرق حامض الرائحة لا يحدث منه راحة . ويدوم المرض من اسبوعين الى ثلاثة
وربما طال اكثر من ذلك وحينئذ يقع الشفاء التام او يبقى شيء من الالم واليبوسة
في المفاصل

واذا ارتفعت الحرارة الى ما فوق ١٠٤ ° ف دل ذلك على ان غشاء القلب
الظاهر والباطن قد اُصيب ايضاً بالالتهاب وهو امر خطر يستوجب المراقبة
الشديدة . وعلاماته ألم في الجانب الايسر وضيق وشدة في الصدر وعسر التنفس
الطويل . وربما كان ايضاً خفقان وعدم انتظام عمل القلب وتقطع في النبض . واذا
اصاب الالتهاب غشاء القلب الباطن انتشر الى الصمامات الممتدة منه الضابطة
فتحات القلب ورسبت عليها مادة من الدم فتنبض ويخجل عملها . ويحدث من
التغيير المذكور في صمامات القلب معارضة لمرور الدم فيه وتغيير في اصواته لا
يدركها الا الطبيب ثم بعد زمن طويل غير معلوم المدة ينشأ من ذلك الاستسقاء
والموت

العلاج . الراحة التامة في الفراش طول مدة المرض ووضع خرق مبلولة
بماء حار مذاب فيه كربونات الصودا (نحو خمسين درهم منه لاربعة درهم ماء) ثم

يغلى بحرير مزيت او مشع لطيف لكي يمنع تخر الماء . وتلين الامعاء عند الاقتضاء
ويعطى المريض نحو عشر قمحات او خمس عشرة قمحة من مسحوق دوفر عند النوم
لأجل راحة الليل . واما بقية العلاج فللطبيب ان يأمر به

واما الروماتزم المزمن فيصيب غالباً المتقدمين في السن ولا سيما الفقراء منهم .
وقد يصيب هذا النوع المفاصل او العضلات فيقال للثاني الروماتزم العضلي .
اعراضه وجع في المفاصل الكبيرة وحياناً في الصغيرة وقد يصاحبه احياناً ورم . واما
الروماتزم العضلي فعلاماته وجع في بعض العضلات وربما انتقل من مكان الى
آخر وحياناً يتعلق بعضلات الظهر او عضلات العنق بحيث لا يستطيع الانسان
الحركة بدون ألم . وعلاجه تجنب البرد والرطوبة ولبس الفلانلا . ومن الادوية
عشر قمحات من بودور البوتاسيوم مع فنجان ماء ثلاث مرات في اليوم . وربما
وجب له الحمامات المعدنية او الكبريتية الحارة

الريح البطني

هو اجتماع غازات اكثرها الهيدروجين المكبرت في المعدة والامعاء وخرجها
منها . وقد تسبب الماء وجشاً حامضاً وقيئاً وخفقان القلب . وهي من اعراض سوء
الهضم فتعالج بالحمية عن الاطعمة التي من شأنها توليد الريح كالحلويات والمواد
النشائية كالارز وبعض انواع الخضروات . ويعالج سوء الهضم كما يذكر في باب
واما ريح الاطفال فكثره من طعام لا يوافق الطفل او من كثرت له ولذلك
يبدل او يقلل كميته . واما المغص الناشئ عنه الذي يدل عليه الصراخ ورفع
الرجلين نحو البطن فيعالج بفرك البطن فرگاً لطيفاً بشيء من الزيت الفاتر
وبقليل من ماء اليانسون والمغنيسيا . واذا ازم من فبا المغاطس الفاترة اليومية ومسحوق
غريغوريوس (انظر صفحة ١٤٩)

الزكام وهو النازلة والرشح

يحدث الزكام على نوعين الاول الرشح الاعنيادي والثاني وافد يصيب كثيرين من الناس في زمن واحد . اما الرشح الاعنيادي فاعراضه ارتخاء في الجسد وبرد او قشعريرة وعطاس ورشح من الانف وثقل الراس والعينين او حرارة . وكثيراً ما يصاحبها سعال وخشونة في الحلق والصوت وربما ظهر نفاط عند الشفتين . وعند نهاية ثلاثة ايام تخفّض الاعراض وقد تنتهي في التهاب الشعب الرئوية . وبعض الناس معرضون لهذه العلة فتصيبهم كلما حدث لها سبب فيجب عليهم تجنب الانتقال من الحر الى البرد فجأة وتخفيف اللباس عند الحرارة والعرق وهو غالباً لا يحتاج الى علاج فان كانت الاعراض شديدة او قصّدت تقصير مدته يوخذ نقطتان من صبغة الاكونيت مع ملعقة ماء كل ساعة او ساعتين .

واما النوع الوافدي فاعراضه كاعراض الزكام الاعنيادي الا انها اثقل ويصحبها حمى وضعف ووجع في الاطراف وسعال وتهيج شعبي . مدته من خمسة الى عشرة ايام ويندر الخطر منه الا للاطفال والشيوخ . وعلاجه المسهلات الخفيفة اذا اقتضاها الامر واستعمال صبغة الاكونيت كما سبق والطعام المغذي

السرطان

علة خبيثة ناشئة من فساد خاص في الدم وكثيراً ما تكون اربية في العبال ومجاسها الغالب الثدي والرحم والمعدة والخصية والكبد والجلد . وقد سبق الكلام على سرطان الثدي

سرطان الرحم يسبب ألماً شديداً وافرازاً الرائحة كريهة وضعفاً عظيماً وهزالاً . ولا يظهر غالباً قبل السنة الاربعين

سرطان المعدة يسبب ألماً شديداً وفي مواد دموية سوداء وهزال الجسد

وورماً صلباً يُشعر به غالباً تحت الاضلاع على الجانب الايسر
سرطان الجلد يتميز عن بقية الامراض الجلدية بانتشاره وامتداده الى
الاجزاء المجاورة ونقر يحيط وكرامة رائحة ما يسيل منه وتضخم الغدد المجاورة وألمها
وليس لجميع انواع السرطان علاج شافٍ الا الاستئصال في بداءة الامر اذا
امكن . فاذا لم يمكن ذلك او اعيق الى زمن متأخر فيكون علاجه بما يحسن عموم
الصحة ويخفف الألم ويصلح رائحة ما يسيل من القرحة

السكته

نوع من السبات قد يحدث فجأة فيقع المريض بفتة الى الارض ويفقد
الحس والحركة كأنه في نوم ثقيل فيجهر الوجه ويصير التنفس صعباً وربما صحبه
الشخير والنفخ وربما انجذب الوجه الى جانب واحد وحدثت تشنجات عصبية . وغالباً
تسبقه اعراض منذرة كدوار الراس ولا سيما عند الانحناء وصداع وطنين الاذنين
وقبض الامعاء وتشويش العقل ورعاف ورؤية الاشباح مزدوجة وشهب لامعة .
وربما ظهر فجأة على شكل فالج نصف الجسد وثقل في الكلام وتشويش الافكار
وتدور اعراض السكته من بضع ساعات الى ايام وتنتهي اما بترك المريض خالياً
من كل علة ظاهرة او مفولجاً في بعض اعضائه او قد يموت وهو في حال السبات
الاسباب المهمة هي السن من السنة الخمسين فافوق . والجنس فانه يصيب
الرجال اكثر من النساء . والبنية متى كانت العنق قصيرة غليظة والصدر واسعاً
واللون احمر والجسد سميناً . والاستعداد الارثي في العيال . والشراهة في الطعام
والشراب . وامراض القلب . واما الاسباب المهيجة فهي الرياضة العنيفة والزحير في
رفع الاحمال الثقيلة وعند التغوط والانفعالات النفسانية الشديدة والحرارة الزائدة
وتغليب المعدة بالطعام وتضييق رباط الرقبة وانقطاع فجائي لبعض المبرزات
المالوفة كالدم من اليواسير . والسبب الحقيقي الذي نتوقف عليه السكته هو انفجار

وعاء دموي على سطح الدماغ او امتلاء اوعية الدماغ وتدها بدون انفجار شي منها وخروج الدم منها او ارتشاج سائل مائي في تجاويف الدماغ من الاحتمان المذكور. وقد تلبس السكتة بالسكر وعمل بعض الادوية المخدرة كالافيون

العلاج. اول شي يعمل في هذه الحالة حل رباط العنق وقبة القميص ورفع الراس قليلاً على وسادة وفتح النوافذ لدخول الهواء. وبوضع الماء البارد او الثلج على الراس والماء الحار او الخردليات على الرجلين ويبقى القدمان في الماء الحار نحو عشر دقائق ثم توضع قناني مملوءة ماءً حاراً على القدمين وتدام الخردليات على بطن الساقين نحو ساعة. ولا يجوز الفصد الا اذا اشار به الطبيب. ثم متى استطاع المريض ان يبلع يعطى ثمانية دراهم من الملح الانكليزي ويحتمن بدرهمين حلتيت مع قدح ماء كبير. ومتى فاق المريض يشاهد غالباً انه مفلوج اليد او الرجل او نصف الجسد وقد يفقد قوة التكلم وتنشل عضلات الوجه

تتمتع السكتة غالباً بتدبير المعيشة والعادة كالقناعة في الطعام والشراب والرياضة وهدو البال وحفظ الامعا بمحالة لينة دائماً والتخفيف من عمل الشمس في الراس. واذا ظهرت العلامات المنذرة التي سبق ذكرها وجب الالتفات اليها

السل الرئوي

السل الرئوي دثور انسجة الرئتين الناشئ عن رسوب مادة فيهما اصلها من الدم يقال لها عند الاطباء الدرن. اعراضه الاولى سعال قصير ناشف اكثر في الصباح عند النهوض من النوم وتعب سريع عند الحركة وعلى الخصوص عند الصعود الى محل عال كصعود الدرج. ثم يعقب ذلك نفث مادة مخاطية ربما خالطها قليل من الدم وسرعة في النبض وارتفاع الحرارة عند المساء. وهذه الاعراض تدل على الدور الاول من المرض وقد تدوم اسابيع او شهوراً او سنين. وفي الدور الثاني يشتد السعال ويكثر النث ويصفر لونه ويصير على هيئة كتل

كروية تطفو على سطح الماء وتكون مخططة احياناً بالدم وتصاب ذلك حتى الدق التي يعقبها عرق غزير وهزال وضعف . وفي الدور الثالث تتكون بورات او تجاويف في جوهر الرئة من اهتراء جوهرها ويحدث الاسهال وقد يفقد الصوت الى ان يموت العليل من تقدم الضعف او من انفجار وعاء شرياني كبير من شرايين الرئة . غير انه بدوم راجياً الشفاء الى النهاية وكثيراً ما لا يعرف ما هو عليه من الخطر الشديد

العلاج . هذا المرض كثيراً ما يكون ارثياً ولذلك يجب على الذين يكونون من عائلة مصابة به ان يتنبهوا غاية الانتباه الى صحتهم حتى لا يقعوا فيه وهو خير العلاج . فينبغي لهم ان يناموا في غرفٍ فسيحة متجددة الهواء ويتجنبوا التأخير في ساعة النوم وياكلوا الاطعمة المغذية وان لا يتعرضوا للبرد والرطوبة وان يلبسوا الفلانلا على الجلد . ومتى ظهر المرض فعلاجهم زيت السمك والادوية المقوية والمسكنة للسعال والمضادة للاعراض الحالية كالحمى والاسهال على ما يستحسنه الطبيب . غير ان كل ذلك وسائط تلطيفية وليس شيئا فعالاً منها الا الابتعاد عن اسباب المرض ولهذا يجب على الوالدين والاصياء تربية الاولاد المعرضين له على اتم ما يكون من القواعد الصحية

السمن

قد يصل السمن الى درجة مفرطة ويصير من باب المرض . وسببه كثرة الاكل والنوم وقلة الرياضة . وبما ان السمن المفرط قد يؤدي الى مرض في القلب يعرف عند اطباء مجووله الدهني وجب الانتباه الى ذلك ومقاومته بتقليل كمية الطعام ولا سيما اللحوم الدهنية والاطعمة النشائية والحلويات فيُعَوَّل على اللحم الاحمر والسمك والفراريج والخضراوات مع الرياضة المعتدلة واجتناب كثرة النوم

السوداء وهو الهيبوخندريا

الهيبوخندريا مرض في الذكور يقابل المستيريا في الاناث وينشأ من سببين متضادين. اولهما رفاهة المعيشة وقلة الرياضة وعدم اشغال العقل. والثاني من اجهاد العقل الى درجة مفرطة بالدرس واشغال الحياة والهم الذي يصاحب بعضها. فاذا كان المرض ناشئاً من السبب الاول توهم السوداوي ان به امراضاً مختلفة ولا يصدق الطبيب اذا قال له انه صحيح الجسم فياخذ في مراجعة اطباء والكتب الطبية ويعظم الامور الصغيرة ويمس نبضه وينظر الى لسانه ويهجم في شأن صحته على الدوام. واذا كان ناشئاً من السبب الثاني اي من افراط العمل العقلي وهم اشغال الحياة ضعف العليل وارق وشعر بكرب النفس وتوهم اقبال المصائب وربما ظن ان القلب او الرئتين او الكبد مجلس امراض عضالة. وبالاجمال يكون السوداوي اسيراً للمواجس والوساوس التي تشغل صدره من جهة صحته واحوال ديناه وظنون الناس به واعمالهم نحوه

العلاج. اذا كانت العلة ناشئة من رفاهة العيش وبطالة العقل وجب مباشرة الاعمال التي من شأنها تسلية الخاطر. وان كانت ناشئة من الاعمال العقلية الشاقة وجب الراحة منها والرياضة المعتدلة اليومية. واذا كانت العلة متمكنة لا تنزول بهذه الوسائط فنزول غالباً بالسفر وتبديل الهواء وتغيير المناظر. وربما احتج الى اصلاح القوى الهاضمة

السيلان الايض

يراد بالسيلان الايض افراط الافراز المخاطي من مهبل الانثى. لون الافراز المذكور ابيض او مائل الى الصفرة الخفيفة وقد يكون لزجاً كبياض البيض وربما بلغت كميته بضع اواق في اليوم. ويصاحبه غالباً ضعف شهوة الطعام وقبض الامعاء

وخفقان ودوار ووجاع عصبية وقرقر ووجع الظهر او الجانب الايسر وصفرة اللون واعراض هستيرية. واسبابه عسر الحيض وعلل الرحم وكثرة الولادة وعدم الرياضة ورفاهة المعيشة وغيرها من اسباب الضعف العام. والعلاج الالتفات الى عموم الصحة والطعام الموافق وحالة الامعاء وانتظام المعيشة والرياضة الواجبة وتغيير الهواء. ومن الوسائل المفيدة الاستحمام بالماء البارد او سكب على الظهر الا اذا كانت المرأة حبلية. ومن الادوية المفيدة المقويات الحديدية والاحرقان بالقوايض كحللول الشب الابيض (نصف درهم لستين درهم ماء) او منقوع ورق الشاي او مغلي قشر شجر البلوط (نحو اربعة دراهم لمئة درهم ماء). ويستعمل الحنف والعليلة مستلقية على الظهر ووسادة تحت وركيها حتى يصيب السائل كل المحل المصاب

الشعر (سقوطه)

قد يسقط الشعر من ضعف البنية الطبيعي او من الضعف الذي يعقب الحميات. وعلاجه اولاً يقص طرف الشعر على كل الراس ثم يفصل الشعر الطويل ويقص طرف القصير الضعيف منه مرة كل عشرة ايام. ويغسل الراس كل صباح بالماء البارد ويفرك بمنشفة خشنة الى ان يحمر او يحمر الجلد. ويكثر من استعمال الفرشة (البرش) الى ان تظهر الحرارة في جلد الراس. واذا لم تفد هذه الوسائل فيستعمل هذا المزيج زيت الزيتون ١٦ درهماً ويكر بونات البوتاسا ٨ دراهم وصبغة الذراريج درهم ٢ وسائل الشادر درهم ٢ يفرك به جلد الراس فركا جيداً عند اصول الشعر مرتين في اليوم

واذا سقط الشعر وترك بقعاً مستديرة عليها حبوب صغيرة عند اصول الشعر وكان الشعر مكسوراً متجهماً الى غير الناحية الطبيعية فرمها كان الحزاز (انظر امراض الجلد). فان لم يكن هناك حبوب صغيرة وكان الجلد المعري من الشعر ابيض فهو المرض المعروف بالثعلبة وافضل علاجه بوضع محلول قوي من بورات

الصودا (البورق) كدرهم منه او اكثر في ٨ دراهم ماء ويكرر مدة من الزمان

الشهقة

الشهقة سعال معدٍ يصيب الاولاد الصغار غالباً والبالغين احياناً ولا تصيب الانسان اكثر من مرة في حياته عادة . وهي تبدأ على هيئة سعال بسيط او نازلة ثم بعد مرور بضعة ايام يصير السعال نوبات مصحوبة بشهقة طويلة وصوت خاص بهذه العلة اذا سمعه الانسان مرة عرفه بعد ذلك في الحال . وربما بلغت النوب عشرين او ثلاثين مرة في اليوم غير ان بعضها يكون خالياً من الصوت الشهقي الخاص . واذا جاءت النوبة عرفها الولد في الحال وخاف وركض الى امه او خادمتها واذا كان كبيراً ضرب الارض برجليه ضرباً تشنجياً وامسك بشيء ثابت لينهدأ به . وكثيراً ما يصحب التيء السعال وكان الولد يخنق حينئذ فتظهر الشهقة الطويلة وتنتهي النوبة ويعود الولد الى اللعب . وهذه العلة عديمة الخطر في ذاتها ولا سيما اذا لم تصب طفلاً صغيراً ولم يكن زمن الوافد شتاءً بارداً . ولكنهما قد تؤدي الى امراض مختلفة كالرعاف وتمزيق طبلة الاذن والفتق والتهاب الشعب والرئتين وامراض الدماغ والتشنجات العصبية والاسهال . مدة هذا المرض نحو ستة اسابيع وتكون نارة اقل من ذلك واخرى اكثر وقيل ان العدوى منها يدوم الى ستة اسابيع بعد الشفاء منها

العلاج . ليس لهذه العلة دواء شافٍ يعتمد عليه في كل الاحوال بل لها اجل معلوم لا بد ان تقطعه . فغاية ما يمكن عمله تلطيف شدة السعال وتقليل عدد نوباته والتخفيف على الولد من الاختلاطات المرضية التي ربما ادت الشهقة اليها . اذا كان الولد صغيراً وجاءت نوبة السعال فيجلس اذا كان مضجعاً ويسند ظهره باليد الواحدة وجبهته باليد الاخرى ويمسح ما يخرج من فمه بالسعال او التيء ويفرك الظهر فركاً لطيفاً . وفي مدة الفترات بذلك الصدر والظهر بزيت الزيتون المحلوق

او زيت اللوز كل يوم وتصلح حالة الامعاء بالمساهل اللطيفة اذا اوجب الامر
ويجنب الطعام الغليظ والبرد والرطوبة. وان كانت النوب شديدة ولم يكن هناك
التهاب صدري افاد حمام فاتر مدة عشر دقائق في اول الليل . واما الادوية
المدوحة في هذا المرض لاجل تخفيف النوب وتبعيدها فهي البلادونا وهيدرات
الكالورال وبروميد البوتاسيوم والحامض النتريك المخفف والحامض الهيدروسيلانيك
والكلوروروفورم وهي جميعها مما لا يجوز استعماله الا بامر الطبيب لانها قوية وتعين
كميتها بالنسبة الى سن الولد من الامور التي يجب الحرص فيها . متى انحطت شدة
المرض واخذ في الانحطاط تغيير الهواء والمقويات كالكيينا والحديد كثيراً ما يفيد
فائدة ظاهرة

الشعب (التهابها)

التهاب الشعب الرئوية يصيب الغشاء المبطن للقنوات الهوائية التي تستطرق
الى الرئتين. واعراضه زكام وبرد والحم في الاطراف ثم يعقب ذلك حرارة في الجسد
وسعال جاف اولاً وضيق الصدر . وبعد ذلك تنفث مادة رغوية كيباض البيض
ثم تشدد ويصير لونها اصفر مائل الى الخضرة وينزل حينئذ ضيق الصدر وتنتهي
العلة غالباً نحو اليوم الثامن وقد تطول وتمتد الى جوهر الرئة. سببها التعرض للبرد
ولاسيما عند العرق . وعلاجها حمام حار قبل النوم ونصف درهم من روح ملح
البارود المحلو في فنجاني ماء كل ساعتين . فاذا لم تنقطع العلة بهذه الوسائط يلزم
المريض الفراش والدفء وتوضع خردليات على الصدر ويعطى قطعتين من صبغة
الاكونيت مع ملعقة ماء كل ساعتين الى يومين او اكثر. ومن ابسط الوسائط وافعلها
وضع لبخ بزر الكتان الحارة بحيث تحيط بجميع الصدر والظهر وبدلها كل ساعة
واذا اصاب هذا المرض الاطفال وجب الالتفات الكلي اليهم ووضعهم في
الفراش من اول الامر وحفظهم من اسباب البرد واستدعاء الطبيب فاذا لم يمكن

الوصول اليه يعتمد على بعض الوسائط البسيطة المذكورة آنفاً
وقد يكون مزمنًا في الشيوخ فيشتد في الشتاء ويخف في الصيف فيكون
السعال نارةً شديداً ونارةً خفيفاً مع نفث كثير من المواد البلغمية. وهو لا يقبل
الشفاء غالباً ولكنه يُلطف كثيراً بالتخفيف من البرد ولبس الفلانلا وانتظام المعيشة
الصحية واستعمال ماء القطران اذا كان النفث مفرطاً وغير ذلك مما يشير به
الطبيب

الشيائكا وهو عرق النساء

هو علة مؤلمة تصيب العصب الوركي العظيم فيمتد الألم من الالية على مؤخر
الفخذ الى مؤخر الركبة وربما بلغ القدم. ويتميز بجلاس الألم وسيره المذكور وعدم
وجود حُمى او ورم في المفاصل. وسببه التعرض للبرد والجلوس على مكان رطب
وربما نشأ عن قبض الامعاء وضغطها على العصب قبل خروجه من الحوض.
وعلاجه اجتناب البرد ووضع حراريق صغيرة على اصل الألم عند اعلى مؤخر
الفخذ والمساهل وقمحمان كينا ثلاث مرات في اليوم. واذا كان الألم شديداً يحقن
بثلث فيحمة من المورفين تحت الجلد وربما وجب اعادته. ومن الادوية المفيدة فيه
الزرنج وزيت التربينينا تستعمل كما يصفها الطبيب

الصداع وهو وجع الراس

ينشأ الصداع من اسباب مختلفة يجب التمييز بينها. وهو غالباً مختلط باعراض
اخرى يستدل منها على منشئه وعلى ما يجب له من العلاج. اخص انواع الصداع
التي تكون نارةً متميزة ونارةً مركبة ١. الصداع المعدي ٢. الصداع الصفراوي
٣. الصداع العصبي ٤. الصداع الحاجبي. الصداع الدماغي ٦. الصداع
الروماتزمي

١. الصداع المعدي ألم نابض يُشعر به في الجبهة أو على العين الواحدة أو حولها وكثيراً ما يصحبه غثيان أو قيء فيقال له حينئذٍ عند العامة الوثاب. وهو يظهر غالباً فجأة بعد الطعام أو عند الصباح الباكر وبدوم من دقائق قليلة إلى ساعات كثيرة. إذا ظهر الصداع بعد طعام غليظ فيزول بواسطة القيء وإذا لم يكن له علاقة بالطعام فكثيراً ما يزول بواسطة شرب درهم كوارانا متنوع في قدح ماء غالٍ متى برد. وربما وجب أخذ مسهل وفي كل حال لا بد من الراحة والهدوء والنوم إذا أمكن. وما يمنع رجوع نوب الصداع حبة من زرنجات الحديد ثلاث مرات في اليوم مع انتظام المعيشة والاستحمام اليومي بالماء البارد والرياضة

٢. الصداع الصفراوي. يتميز هذا النوع بالتمدد على الجبهة من الجانب الواحد إلى الآخر وكثيراً ما يصحبه الغثيان. ويزول غالباً بواسطة المزيج الفوار المركب من كربونات الصودا وحامض الليمون. وإن كان اللسان قذراً ورائحة النفس كريهة فيؤخذ مسهل أو ماء معدني يلين الأمعاء ويعاد إذا لزم

٣. الصداع العصبي. يحدث هذا الصداع بعد التهييج العقلي أو الانفعال النفساني ويصيب غالباً الضعفاء البنية الذين حركتهم قليلة والنساء العصبيات نحو الدور الشهري. وقد يكون الألم محصوراً في قسم واحد من الرأس أو عاماً على مقدمه وكثيراً ما يشبه نفوذ مسامير في الرأس. وهوناشئ عن عدم الرياضة الكافية وعدم ترتيب أوقات الطعام والسهر الطويل والأكثار من المنبهات الروحية والقهوة والشاي والتبغ فيكون علاجه بتغيير هذه العادات المضرة. وإذا أصاب النساء عند الحيض أفادهن بروميد البوتاسيوم نحو عشر قمحاً مع فنجان ماء كل أربع ساعات إلى أن يسكن الألم

٤. الصداع الحاجبي. ألم شديد يصيب الجبهة وغالباً أعلى أحد الجانبيين. وقد يكون منشراً على نصف الرأس فيقال له الشقيقة وهو وجع الشقة عند العامة. وكثيراً ما يأتي على هيئة متقطعة كالنوب الدورية فلا يتميز عن الدور الاعتيادي

الآمن من حيث عدم وجود الحمى. وتُطلق كلمة النفرالجيا على جميع أنواعه. وأسبابه المملاريا أو سوء الهضم أو الضعف الناشئ في النساء من كثرة الحمل والارضاع والحيض أو التعب والبرد والسهر الطويل أو علة في الأسنان كوجود نخر فيها أو قرمة. وعلاجه الكينا بكثرة مدة الفترة إذا كان دورياً محضاً وإذا لم يأت على هيئة نوب منتظمة فثلاث قححات من الكينا أو فالرينات الكينا ثلاث مرات في اليوم. وما يوقف الألم الكوارانا كما سبق في الصداع المعدي والضغط بالأصبع على محل الوجع أو بعصاة شديدة مبلولة بالماء البارد حول الراس والهدو التام مع تعميم المخدع والخردليات. وما يفيد في منع النوب زرنخات الحديد والحمام البارد ومراعاة شروط الصحة العامة

٥. الصداع الدماغي. الأنواع السابقة تصيب غالباً الأحداث في السن وهذا يصيب الكهول والمتقدمين في العمر وربما انذر بالسكنة أو ضربة الشمس. وصفة الألم أنه نابض مصحوب بحمرة العينين والوجه وطين الأذنين وقد يصحبه عطش وارتفاع الحرارة وهو بالحقيقة احتقان خفيف في الدماغ. وعلاجه المسهلات واجتناب المنبهات وكثرة الطعام والتعرض للشمس وملازمة الراحة من الأعمال العقلية. وإذا كان شديداً ربما وجب وضع العلق وراء الأذنين

٦. الصداع الروماتزمي ألم في عضلات جلد الراس يُشعر به ويُتميز بكونه ظاهراً سطحيّاً يزيد إذا اجعد الجلد أو عند تحريك عضلات تلك الجهة. وعلاجه كعلاج الروماتزم ولا سيما بيودور البوتاسيوم وربما وجب استعمال القلويات والكليشيكوم كما ذكر في بابه

الصرع وهو داء النقطة عند العامة

الصرع بخلاف كثير في الشدة والخفة. فقد لا يكون منه إلا فقد الشعور لحظة قصيرة فينقطع الإنسان عما كان عليه من الكلام أو العمل ثم يعود إليه في الحال وربما أصابه

رعدة خفيفة في بعض اعضاءه او خشي السقوط الى الارض فيجلس قليلاً او يستند الى حائط او غير ذلك ما يكون بالقرب منه . واما اعراض الصرع الثقيل فربما سبقه صداع او دوار في الراس او صرخة حادة ثم يسقط المريض الى الارض ويفقد الشعور والقوة ويتشنج تشنجات عضلية في الوجه والاعضاء ولا سيما على احد الجانبين وتغير هيئة الوجه ويرتفع سواد العين الى الاعلى فلا يظهر الا البياض وتدور المقلة وتوسع الحدقة ويصفر الوجه اولاً ثم يجر وتقبض اليدين ويعسر التنفس وتصر الاسنان ويخرج زبد من الفم ربما كان دمويًا من عض اللسان وتارة يخرج البراز والبول بلا اختيار. وتدوم التشنجات بضع دقائق ثم يسكن العليل ويشخص الى ما حوله وهو غائب الادراك وينام بعد ذلك غالباً نومًا ثقيلاً . فهذه اعراض نوبة واحدة ولكنها تعود الى العليل في مدات مختلفة فتارة تأتي مرة او اكثر في اليوم وتارة تغيب اسابيع او شهوراً

اسباب الصرع كثيرة . منها الاستعداد الارثي وشدة التهيج العقلي والجسدي وبعض امراض الدماغ . وما يهيج في الذين فيهم استعداد له الضعف وافراط الشهوات والانفعالات النفسانية والبدان والامتلاء الدموي وسوء الهضم وانقطاع نزف عادي كانهقطاع دم البواسير ودم الحيض . وهو يتميز عن المستيريا (اي اختناق الرحم) بفقد الشعور فقدًا تاماً وتشنجات الوجه والصراخ الذي يسبق النوبة والنوم الذي يتبعها ويتميز عن السكنة بوجود التشنجات وعدم وجود الشخير مدة الغيبوبة

العلاج . مدة النوبة يُجمَع المريض على ظهره ويُرفع راسه قليلاً على وسادة ويُعرض للهواء ويُهَوَّى الوجه بالمروحة ويُزَع كل ما هو ضيق من الثياب حول العنق والصدر والبطن . ويمنع المريض من اذى نفسه بان تمسك يده ورجلاه ولكن لا يُضَغَط على صدره واذا كان هناك خطر من عض اسنانه فتوضع قطعة من الكتان ملفوفة بين اللسان ويجب ان تكون كبيرة لئلا تسقط الى ما وراء الفم .

وإذا كان الرأس حاراً يجوز سكب الماء البارد عليه من ابريق . وعند نهاية النوبة يترك للنوم

وأما في مدة الفترات بين النوب فالعلاج أولاً مراعاة شروط الصحة من حيث الطعام والشراب والرياضة والنوم واجتناب العوائد الرديئة والانفعالات النفسانية .
ثانياً إذا كان في الامعاء دود فيعطى ما يوافق نوعه (انظر ديدان) وإن كانت منقبضة فتلين وإن كان الحبض في الانثى غير منتظم فيصلح وإذا كان المريض ضعيف الجسم يعطى ما يوافقه من المقويات . ثالثاً الدواء المفيد لهذه العلة هو بروميد البوتاسيوم يعطى منه عشر قححات مع فجان ماء ثلاث مرات في اليوم وإذا اقتضى الامر تزداد هذه الكمية الى عشرين قححة

ضربة الشمس وهو الرعن

يحدث من عمل الشمس في الانسان ثلاث علل متميزة وهي أولاً الإغماء ثانياً ضربة الشمس الحقيقية ثالثاً حمى الشمس . وهي جميعها ناشئة من التعرض لحرارة شديدة ولا سيما اذا طال مدتة ولا فرق بين كون التعرض المذكور لاشعة الشمس رأساً او للحرارة الناشئة منها . وما يعين في احداث ذلك التعب والتهيج العقلي والكرب والازدحام في المساكن وعدم تجديد الهواء وعدم وجود الماء وقبض الامعاء وشرب المسكرات . وأكثر ذلك يكون في الفصل الحار أو اذا صار حراً شديداً بعد البرد أو متى كان الجو حاراً والشمس مخفية وراء طبقة رقيقة من السحاب او الغبار والهواء مشبعاً بالكهربائية فقد يكون حينئذٍ وافداً

وكثيراً ما يسبق العلة اعراض تنذر بمجيئها وهي ان الانسان يصير ضيق الخلق قلقاً يشكو وجع الرأس وتعباً عاماً وقد شهوة الطعام وقبض الامعاء وجفاف الجلد . وربما دامت هذه الاعراض بضع ساعات او ايام قبل هجوم المرض وتارة لا يوجد شيء منها وإذا وجدت ربما زالت بدون ان يعقبها شيء . ومتى ظهرت في شخص

معرض لحرارة مرتفعة وجب عليه ان يطلب الظل والهواء والماء البارد شرباً وغسلاً والراحة وتليين الامعاء

١. الانغماء من الحرّ يبدأ بغثيان المعدة ودوار الراس وتشويش العقل والبصر وكثرة الكلام وبرد الاطراف وطلب النبويل الزائد. ثم يصفّر الوجه ويبرد سطح الجسد وكثيراً ما يكتسي بالعرق ويصير التنفس تنهدياً ويضعف عمل القلب والنبض وربما صار متقطعاً وتنقبض الحدقتان ويغيب الوعي اما كلة او بعضه

٢. ضربة الشمس الحقيقية. قد يسبقها الاعراض السابقة وقد تبدأ باعراض الانغماء من الحرّ ثم بعد بضع دقائق او ساعات يحمر الوجه والعينان ويشتد ويسرع النبض وترتفع حرارة الجسد ويغيب الوعي ويشعر المريض او ينفخ عند الزفير ويعسر التنفس وربما حدثت تشنجات عصبية. وقد يكون هجوم المرض فجأة فيقع المريض الى الارض كما يقع في السكته الخمية وتظهر الاعراض المذكورة آنفاً. وتتميز ضربة الشمس الحقيقية عن الانغماء من الحرّ باحمرار الوجه وشدة النبض وتشخير التنفس

٣. حي الشمس قد سبق الكلام عليها (صفحة ١٨٦) وربما كانت خفيفة لا تحتاج الا الى الراحة

العلاج. يُنظر في العلاج الى نوع العلة. فان كانت من نوع الانغماء اذ يشعر المريض بالغثيان والدوار والبرد فيُضجّع على ظهره في الظل وتُفرك اطرافه وتُحلّ البسته ويُعطى منها قليل من الخمر او الكونياك مع الماء. ولكن لا يُعطى من المنبهات الا القليل لئلا تمتد العلة الى النوع الثاني الذي يتميز بحمرة الوجه واحتقان العينين وشدة النبض وسرعته لانه متى ظهرت هذه الاعراض يعدل عن المنبهات ويسكب الماء البارد على الراس ويُعرّض المريض الى الهواء واذا امكنه البلع فيعطى مسهلاً في الحال كمان دراهم من الملح الانكليزي ويُحقن بالماء البارد. وتُفرك الاطراف

وتوضع الخردليات على قفا العنق وعلى الاطراف. واذا غاب وعيه يوضع عشرون
علقة وراء الاذنين او على الصدغين. وربما وجب لف المريض بشرشف مبلول
بالماء البارد. واذا كان التنفس عسراً غير منتظم بلا شخير او نفخ فيضاف الى ما
ذكر وضع خردلية كبيرة على الصدر. ويُعطى المريض في كل انواع ضربة الشمس
جرعات متواترة من الماء البارد لاجل تبريد الحرارة. ولا يقال ان المريض خرج
من دائرة الخطر الا عند ترطيب الجلد وعود النبض الى حالته الطبيعية

واما الوسائط لاجل منع حدوث ضربة الشمس فاجتناب اشعتها ووقاية
الراس بلباس موافق (انظر صفحة ٥٢) ووقاية الظهر وتبليل لباس الراس بالماء
عند الخروج الى الشمس واجتناب المسكرات واعتدال المعيشة وطلب تبريد
المساكن ودخول الهواء اليها ما امكن

ضعف الدم

ويقال له الانيميا عبارة عن نقص كريات الدم الحمراء وزيادة الماء فيه بحيث
يصير الجلد اصفر اللون وينقص احمرار الشفتين وملتحم العين الجفني واللسان وتتحرف
شهوة الطعام وربما طلب المريض اكل الكلس والطباشير والتراب. ويشعر
بصداع في الصدغين وقمة الراس ينقص غالباً بعض الطعام وعند الاستلقاء ويميل
المريض الى الاعماء وخفقان القلب ووجع في الجانب الايسر. وقد يحدث قيء
بعد الطعام. وهو غالباً يصيب النساء اما من سوء المعيشة او من اسباب عامة او
شخصية مضادة للصحة او من كثرة الحمل وزيادة الارضاع. وقد يصيب الرجال
ايضاً لسبب زيادة الهمة ومشقة الاعمال المنهكة وعدم كفاية النوم والتعرض الطويل
للملاريا. وكثيراً ما يصاحب الامراض المزمنة المضعفة

العلاج. الرياضة اليومية المعتدلة ونقاوة هواء المسكن والطعام المغذي
اللطيف كانواع اللحوم والغسل بالماء البارد او الفاتر وتغيير الهواء اذا امكن.

واخص الادوية المفيدة في هذا الداء بعض استحضارات الحديد او الكينامع الحديد

الطاعون

الطاعون حتى خبيثة من نوع النفوس الردي وافدة معدية تهلك خلقاً كثيراً متى فشلت بين قوم. وله اخبار هائلة في التاريخ القديم والحديث ولكنه انقطع مدة في هذا القرن ثم ظهر في سنة ١٨٥٨ في بنغازي من اعمال طرابلس الغرب وظهر فيها ايضاً مرة اخرى ودام من تشرين اول ١٨٧٢ الى ايار ١٨٧٤. وظهر في جزيرة بين النهرين في سنة ١٨٦٧ و١٨٧٤ و١٨٧٥ و١٨٧٦ و١٨٨٧ و١٨٨١. وظهر في ولاية استرخان في جنوبي روسيا في سنة ١٨٧٩

اعراضه انحطاط عظيم وفقد شهوة الطعام وحتى شديدة وعطش مفرط وصداق وفي مواد سوداء او دموية وخمول وهذيان وخراجات في العنق والابط والاربية اي عند اصل الفخذ ويظهر اخيراً رقش احمر كما مدكلون التوت الشامي. اذا حدث عرق غزير فذلك دليل حميد خلافاً للاسهال والنزف الدموي من الامعاء والهذيان فانها تدل على الخطر الشديد واما الرقش المذكور آنفاً فيندر بالموت. الاحوال الثقيلة لا تدوم اكثر من يومين او ثلاثة واذا تجاوز المريض الاسبوع الاول سلم غالباً. ويظهر المرض بعد التعرض للعدوى من بضع ساعات الى عشرة ايام. وتنتشر العدوى بملامسة المريض او بانتشارها في الهواء او تضبط مدة في ثياب المريض او امتعته

سببه الاصيل مجهول الا انه من المحقق انه ينشأ في المحال الحارة الرطبة المنخفضة بقرب شواطئ الانهر وان ازدحام البشر في بيوت لا يتجدد الهواء فيها ولا بجرة المتصاعدة من الحيوانات الميتة والنباتات المتعفنة وقلة الطعام وردائه وشقاء الفقر والحاجة والفقر هي الكيفيات الموافقة لتوليده. ثم متى ظهر مرة انتشر بين الناس وسار الى الاماكن المجاورة بقطع النظر عن الكيفيات المذكورة على ان الطاعون كبقية

الامراض الوافدة ينحصر غالباً في المواضع التي شأنها فساد الهواء والماء وازدحام البشر وقدرهم

ولما كانت هذه العلة مريضة الى الغاية وكثيراً ما امتدت على وجه الارض في الازمنة الماضية واهلكت عدداً عظيماً من الناس اصطلموا لها في هذه الازمنة المناخرة على تفريق الاصحاء عن المرضى والحجز على سكان الاماكن التي يظهر فيها الوباء عن مخالطة المجاورين لم بواسطة خفر عسكري محيط بالقرى والمقاطعة المصابة وهو المعروف بالكورنتينا. وانكر افضل علماء هذا الزمان فائدة ذلك وقد اظهر الدكتور نولزان طبيب شاه العجم في كتاب طبعه سنة ١٨٨٠ ان هذه الوسائط كانت دائماً ناقصة لم تنشأ منها فائدة حقيقية في منع سريان الوباء الى غير اماكن وان انحصارها وانقطاعه في تلك الاماكن كانا من تلقاء نفسه لا من عمل الكورنتينات والخفر العسكري

علاج الطاعون كعلاج النفوس ومعظمه نقاوة الهواء وتعريض المكان لنور الشمس والطعام الخفيف المغذي والمنبهات الروحية. وتعالج الخراجات والحجرات كالعادة

الطحال (امراضه)

اكثر امراض الطحال تنشأ من الملاريا او تردد الحميات الدورية. واهض هذه الامراض التضخم فربما بلغ جرم الطحال ما يشغل نصف تجويف البطن فيشعر به باللمس من الخارج. وما عدا ذلك تنقص الكريات الحمراء من الدم ويصفر لون المريض وتخط قواه ويتعب بعد الطعام. اذا حدث الم في الطحال بغتة بوضع العلق على القسم المصاب عدده بحسب سن المريض اي علقه واحدة لكل سنة من عمره الى السنة الخامسة والعشرين واذا كانت الامعاء قابضة يعطى مسهلاً واذا كان مشتركاً بالحى الدورية يعطى الكينا. واما تضخم الطحال فيعالج بالمقويات كالكينا

والحديد مع تليين الامعاء ودهن القسم المصاب بصبغة اليود مرة في اليوم الى ان
الجلد لا يطبق الدواء وربما افاد وضع حراقات صغيرة . واذا امكن السفر
وتغير الهواء والانتقال الى بلاد باردة وشرب المياه المعدنية فهي جميعها من الوسائط
النافعة وربما حدث منها الشفاء

عُسْرُ الهضم وهو الدسبسيا

كثيراً ما يكون عسر الهضم عرضاً ناشئاً من مرض آخر. فان كان مرضاً
قائماً بنفسه فاسبابه الغالبة التغلظ في الطعام والافراط في تدخين التبغ واهمال
الرياضة والهّم والغم وقبض الامعاء وسوء تدبير المعيشة من عدم انتظام اوقات
الطعام والنوم الى غير ذلك مما يضعف الجسد ويضر بعوم الصحة. وهو ضعف في
وظيفة المعدة ناشئ عن قلة افراز عصارتها الهاضمة او عن انحراف في تركيبها
اعراضه فقد شهوة الطعام او عدم انتظامها والم في المعدة كثيراً ما يمتد الى
الصدر او الظهر وخموضة وحرقة فيها وجشاء وتعب بعد الطعام وصداع وقدر
اللسان وقبض الامعاء. وكثيراً ما يصاحب ذلك كدر النفس وخفقان القلب
واوهام تعرض على المريض فيظن ان فيه علة ثيالة تنهي الى الموت او ان مصالحة
ذاهبة به الى الخراب او ان احواله في الجملة ردية . ويعسر احياناً تشخيص هذا
المرض لكثرة اشكاله وتركيب اعراضه بعضها مع بعض وقد لا يدركه الا الطبيب
الخبير

العلاج. اول ما يلتفت اليه في علاج هذا المرض تدبير الطعام فيجب ان
تكون كميته معتدلة لا تتجاوز طاقة المعدة وهي في حالة الضعف وان تكون الفترة
بين الطعام والطعام نحو ست ساعات وان يكون من الانواع السهلة الهضم كاللحم
والخضراوات المطبوخة طنجاً بسيطاً وتجنب التي منها والملح والمقدد وربما وجب
الابتعاد عن البطاطا والحلويات والفواكه والخبز الا اذا كان محمصاً والمشروبات

الآ اذا اشار بها الطبيب وتدخين التبغ. ويضاف الى ذلك الرياضة اليومية والاستحمام في البحر وفي الماء البارد والتسلي والتنزّه والانصراف واذا طالت العلة فالسفر وتغيير المناظر والاعتزال عن الاشغال العقلية الشاقة والهم الذي يصاحبها وتجنب اسباب الكدر وكل ما من شأنه اضعاف القوى الجسدية والعقلية. واما الادوية التي تستعمل في هذا المرض فاكثرها من باب المقويات للمعدة ولما كان يُنظر فيها الى الاعراض الخصوصية فيجب اتباع مشورة الطبيب اذا رأى لزوماً لها

العين (امراضها)

شحاذ العين بثرة تحدث في الجفن تُنطَل بالماء الفاتر مكرراً ثم اذا ظهر الصديد في راسها توكر براس الموضع لاجل اطلاقه. واذا كانت عند منبت شعرة تفلع الشعرة بملقط صغير

السلاق بثرات صغيرة جداً عند اصول الاهداب تفرز سائلاً اسمر يميل الى الصفرة ويلصق به الجفنان. وهو يصيب غالباً الاولاد الذين مزاجهم خنزيري واذا اهل كثيراً ما يهلك البناء الذي تخرج منه الاهداب فيتعرى الجفن من شعره الطبيعي. علاجه بالغسل الكثير بالماء الفاتر ومرهم تطلي به حافة الجفن بدون ان يدخل العين مرة كل يوم عند النوم وهذه صفته اكسيد الزئبق الاحمر قحمة ٦ ومرهم بسيط درهم ٢. وربما وجب استعمال الكينا والحديد وزيت السمك لاجل تقوية الجسد

الناسور الدمعي انسداد القناة الدمعية وتكوين خراجة صغيرة عند الزاوية الانسية للعين المشرفة نحو الانف وذرف الدمع على الخد. وعلاجه من اعمال الجراحة

الرمد الزكامي التهاب ظاهر المقلة ويصحبه احمرار والم وهطل الدمع ويصير

الافراز اخيراً غليظاً ايض. سبب البرد والعدوى ومدة بضعة ايام الى اسابيع. وعلاجه نعيم المخدع والغسل بالماء الفاتر ومغلي الخشخاش والمسهلات واذا كان هناك ألم شديد بوضع العلق على الصدغ

الرمد الصد يدي مرض شديد يحدث عادة في الصيف واولئ الخريف وينشأ غالباً من العدوى ومن التغيرات الجوية بين حرّ النهار ورطوبة الليل. ويتميّز عن الرمد الزكامي وهو النزل عند العامة بان الافراز الذي يخرج من العين لا يكون مائياً او ابيض بل شديداً اصفر وبورم يياض العين والجفنين وبكثرة الألم. وربما امتد الالتهاب الى انسجة العين الغائرة واهلكها او احدث قروحاً في القرنية وغشاوة او بياضاً فيها. وعلاجه غسل العين بمغلي الخشخاش او الماء الفاتر غسلاً جيداً كل ساعتين غير انه يُحذَر غاية الاحذار من اعداء العين السليمة من العين المصابة بواسطة المناشف وغيرها مما يُستعمل في الغسل. ويجب ان يوضع على العين قطن او نسل ثم تُربط ولا بد من ابدال القطن او النسل بشيء جديد واعلم القدم بالحرق. ويعتم المخدع مع دخول كمية كافية من الهواء اليه وتسهل الامعاء بشتات المغنيسيا او الملح الانكليزي. ولا مانع من وضع بعض العلق على الصدغ او وراء الاذن. واما الادوية فمن الوسائط السليمة العاقبة المفيدة رش نحو ربع قمح من المورفين الجيد على نفس العين بعد شق الجفنين ويعاد ذلك مراراً بلا خطر الاذى. ولا يجوز وضع شيء اخر بدون امر الطبيب.

قروح القرنية. القرنية هي القسم المتوسط من العين الشفاف الموضوع الى مقدم الشفة الملونة المعروفة بالقرنية وكثيراً ما يتكوّن عليها قروح مسببة عن الرمد تبيض اخيراً وتعارض سلامة البصر وربما افقدته بالكلية. ويُحتمَق وجود القروح من رؤيتها على هيئة انخفاضات صغيرة على سطح القرنية ويصاحبها عدم احتمال النور ودمع العين. معظم العلاج يقوم بتحسين الصحة فتعطي الاطعمة المغذية وقمحان من الكينا ثلاث مرات في اليوم والرياضة اليومية مع التحفظ من النور والرياح

والغبار. والطبيب ان يستعمل وسائله فاعمل ما ذكر
 الكتركتنا وهي الماء الازرق عند العامة ظلام العدسة البلورية وراء البؤبؤ.
 وهي تصيب غالباً المتقدمين في السن فتصير العدسة الشفافة التي لا ترى في العين
 السليمة لشفوفها بيضاء اللون او بيضاء مائلة الى الزرقة او الصفرة واضحة المنظر
 وراء الحدقة اي البؤبؤ. وهي غالباً بطيئة السير فلا تكامل قبل مرور شهر او سنين
 واذا تكاملت لم يبق شيء من البصر. وليس لها علاج الا الاستخراج بالعمل الجراحي
 قصر البصر موقوف على شدة تحجب القرنية او العدسة بحيث ان صورة
 الاشباح لا ترسم على نفس الشبكية بل الى مقدمها. وهي حالة مخالفة لما يحدث في
 تقدم السن المعروفة بطول البصر ولذلك يصطلح قصر البصر مع تقدم السن
 عادة. والفرق بينهما ان اصحاب البصر القصير لا يرون الاشياء جلياً الا اذا
 كانت قريبة واصحاب البصر الطويل لا يرونها كذلك الا اذا كانت بعيدة.
 وليس لهاتين الحالتين من علاج الاستعمال النظارات المنعرة في قصر البصر
 والمحدبة في طولها اي في ضعف بصر المتقدمين في السن

الحول قد يكون في عين واحدة وقد يكون في الاثنين وهو ناشئ عن عدم
 مساواة في قوة عضلات العين بحيث ان القوة منها تحول المقلة الى جهتها. وقد
 يكون عرضاً بسيطاً عند التسنين او لسبب وجود الدود في الامعاء او ضعف عام
 يعقب الحميات. ان كان الحول ناتجاً عن بعض هذه الاسباب فيزول اذا زالت
 وان كان خلقياً او متمكناً فله عمل جراحي

الغغرينا

يراد بالغغرينا موت قسم من الجسد كموت الرجل مثلاً من الشينوخة او
 الفقر والجوع والضعف او البرد العظيم او مرض في الشرايين او آفة ميكانيكية
 تصيب الاعصاب او الشرايين. متى مات قسم من الجسد اسود لونهُ واهترى

وانتن ووجب قطعة

الفالج

معنى الفالج فقد قوة الحركة في احد الاطراف او في نصف الجسد وربما فقد الحس ايضاً. اخص انواعه على ما ياتي :

١. الفالج الناشئ من مرض في الدماغ كالسكتة المخية او مرض اخر. وعلاماته عدم استطاعة تحريك العضو المصاب وربما انجذب الوجه الى جانب واحد ولم يمكن مد اللسان بالاستقامة. وهو غالباً يعم احد شطري الجسد
٢. الفالج الناشئ من اذى للعمود الشوكي. وعلاماته عدم استطاعة تحريك الرجلين وربما فقد الحس منها وخرج البول والغائط بدون اختيار

٣. الفالج الناشئ من مرض الحبل الشوكي ويقال له ايضاً الفالج الساري. واعراضه تظهر بالتدريج فيشعر اولاً بتعب الرجلين واوجاع نوبية ربما حسيت روماتزمية. ثم اذا تقدم المرض زاد الالم ورأى المريض انه لا يضبط حركة رجله فيتذبذب في المشي وعلى الخصوص متى بدأ فيه ويحتاج الى شيء يتوكأ عليه. وكيفية مشيه انه يرفع رجله اعلى مما يلزم ثم يدفعها الى الامام والوحشية ويخبط بعقبه الارض وينظر الى رجله اذا مشى فاذا اغمض عينه ربما وقع. واخيراً تفقد قوة المشي بالكلية

٤. الفالج الوجهي ويقال له القوة قد ينشأ من البرد ولا تكون له علاقة بمرض باطني عضال. وعلاماته عدم استطاعة تحريك احد جانبي الوجه وتغيير السمحة وسيلان اللعاب من الفم. وهو مرض خفيف يزول بالوسائط البسيطة
- علاج الفالج عسر وهو من متعلقات الطبيب وكثيراً ما لا يزول

الفواق وهو الحازوقة عند العامة

هو حركة تشنجية قصيرة مصحوبة بصوت خاص بها تأتي على هيئة نوب تتعاقب كل بضع ثوانٍ وقد تدوم متعاقبة على هذا النمط دقائق أو ساعات . وهو ينشأ غالباً من سوء هضم أو من سرعة ازدياد الطعام وقد يكون عرضاً في سير بعض الأمراض . إذا كان سببه سوء الهضم زال غالباً باخذ عشرين قمحة من كربونات الصودا مع بعض نقط من صبغة الزنجبيل أو ملعقة صغيرة من الخمر أو الكنيك أو العرق وربما اوجب الامر الى مقبي . وربما زال بواسطة ازدياد قطعة من الثلج أو شد حزام على المعدة

القبض

الميل الى قبض الامعاء طبيعي في كثيرين غير انه يشتد في بعض الناس وقد يصير مستمراً من تعود الشخص استعمال المسهلات على ان المنبه الصحي للبراز اليومي هو الطعام الذي يكون قد هضم هضمًا جيداً . ولذلك لا يجوز مباشرة المسهلات على الدوام بل ينال الغرض بضع الطعام جيداً اي مضغاً بطيئاً وشرب قدح ماء كبير قبل النوم وعند النهوض حالاً والرياضة الكافية والاكتثار من الخضراوات والفواكه . ومن افضل الوسائل اليومي الذهاب الى بيت الخلاء كل يوم بعد فطور الصباح والتدخين قليلاً اذا كان ذلك من عادة الانسان وتعويد الطبيعة رغماً عنها على الاستطلاق في تلك الساعة وربما لم تنجح هذه الطريقة في المرات الاولى ولكنها تنجح اخيراً ثم يراعيها الشخص الى ان تصبح معه عادة مستمرة لا يغفل عنها ولا يسمح لشيء ان يتعرض لها . ولا يجوز الالتجاء الى المساهل الا عند الضرورة الشديدة . ومن الوسائل المفيدة لاحداث هذه العادة كل صباح اخذ ربع الى نصف قمحة من خلاصة البلادونا عند النهوض كل يوم اياماً متوالية . ومن افضل المياه

المعدنية المسهلة مياه هنيادي يانوس التي طعمها مقبول
وكثيراً ما يصيب النضُّ الاطفال فيحدث فيهم المغص المعوي وخروج الرجج
ولما عند البراز وقد يكون ذلك في زمن التسنين. وانسب العلاج لهم تغيير الطعام
او المرضعة. فاذا لم ينتج ذلك واحتجج الى الدواء فيعطى الطفل قليلاً من زيت
الخروع او مكلس المغنيسيا او مسحوق غريغوريوس وهو مزيج من الراوند والمغنيسيا
والزنجبيل يعطى منه لطفل ابن سنة من ٢ الى ٥ قححات كل ساعتين الى ان يصير
البراز طيباً

القرمزية

هي حمى معدنية ثقيلة تصيب الاولاد غالباً ويصحبها نفاط قرمزي اللون يمتد
من الوجه والعنق الى جميع الجسد ووجع الحلق وعسر الازدراد. العرض المميز لها
هو النفاط الذي يبدأ على هيئة نقط دقيقة حمراء تمتد وتختلط الى ان يصير لون
جميع سطح الجسد قرمزيًا. ثم في اليوم الخامس بعد ظهوره ياخذ بالانحطاط ويذول
في اليوم الثامن تاركاً قشوراً كالتخالة على الجلد. وهو كثير الوجود في اوربا ولا يعلم
بالتحقيق انه ظهر ابدًا في بلاد الشرق

القروح

القروح سطوح منخفضة غالباً عن مساحة الجلد يجري منها الصديد وهي
نشأ عادة من دمل او افات تصيب الجلد وقد تكون من مرض ختري او
استر بوطي (انظرها في مواضعها). وكثيراً ما تكون مزمنة في المتندمين في السن
وفي المهوكين من كثرة الاشغال الشاقة مع فقر المعيشة. علاجها حسب اسبابها
وحالتها والغالب في ذلك الغسل والنظافة ووضع مرهم اكسيد الزنك مع الراحة
التامة ولا سيما الاستلقاء على الظهر في الفراش

القلاع

القلاع نفاط يظهر على اللسان والشفيتين والخدين والثثة ويُعرف عند النساء بالحر وهو ابيض اللون تخرج منه مادة بيضاء كقطع اللبن الجامد فيظهر تحتها قروح صغيرة. ويصيب الاولاد غالباً بدون خطر للحياة غير انه قد يمتد الى الحلق ويحدث عسر التنفس والبلع وربما سبب في الاطفال الضعفاء قروحاً متسعة. اسبابه الضعف العام وسوء الطعام والحليب الحامض وفساد الهواء والتسنين. وعلاجه مقاومة الاسباب المذكورة وطلي الفم بلطف بمزيج درهم من البورق واربعة دراهم من العسل. وربما وجب استعمال قحمة من كلورات البوتاسا مع ملعنة ماء صغيرة كل اربع ساعات

القلب (امراضه)

لما كانت علل القلب عسرة التمييز لما تقتضيه من العلم الواسع والخبرة الطويلة كان اكثرها ما لا نستطيع العامة ان ننظر اليه ولذلك لا نذكر منها الا الاشياء البسيطة التي ربما افادهم ذكرها

خفقان القلب عبارة عن نبضاته بسرعة وعدم انتظام مع ضيق عظيم وانغماء. وهو لا يدل على علة في القلب الا اذا صاحبتة اعراض اخرى لا يستطيع ان يميزها الا الطبيب الحاذق لانه كثيراً ما ينشأ عن سوء الهضم والارياح البطنية وضعف الدم والهستيريا وقطع الحيض ومدة الحمل. وعلاجه نحو درهم من السائل النشادرى مع فنجان ماء او مثل ذلك من الاثير او قليل من الخمر او الكنيك مع تليين الامعاء. وربما وجب تخفيف استعمال الشاي القوي والقهوة والتبغ لان الاكثر منها سبب للخفقان

تشنج القلب. اكثر ظهوره هذه العلة في المتقدمين في السن وتتميز بالمرح

ناخس وعسر شديد في التنفس وضيق لا يوصف فيشعر المريض كأن الموت قد جاءه. ولا تدوم هذه النوبة أكثر من دقيقة او دقيقتين غالباً وربما دامت أكثر من ذلك. وتحدث النوبة الاولى غالباً عند صعود محل عال او بعد طعام ثقیل ولا سيما في الليل وليس لرجوعها مدة معلومة فقد تغيب شهوراً. وهي تدل غالباً على علة اصلية في القلب توقع صاحبها في الخطر. وعلاجها مدة النوبة المنبهات الروحية وما سبق من علاج الحفقان غير ان اهم ما يُلْتَمَس اليه هو منع رجوع النوب وهذا لا يتم الاً بالاحتراز العظيم من ضخامة الطعام واجتناب المجهودات التي تسرع التنفس وترتيب المعيشة بحسب القواعد الصحية

الكبد (امراضه)

الكبد اعظم اعضاء الجسد وهو يمتد من الضلع الخامس اسفل حلة الثدي الى اسفل الاضلاع ومن اليمين حتى اليسار. وظيفته افراز الصفراء التي تدخل في هضم الطعام وتكوين مادة تتأكسد وتعين في اقامة الحرارة الحيوانية وابرار مواد من الدم لم يبق لها حاجة في الجسد تختلط بالغائط وتصلح. ولذلك اذا تشوشت وظائف الكبد تشوشت عموم الصحة وهو عرضة لامراض كثيرة في البلاد الحارة اخصها ما يأتي:

١. التيه الصفراوي. سببه مواد حريفة تدخل المعدة وكثرة الطعام وغلظه او احتقان الكبد. واعراضه سقوط القوة وغثيان وقيء ما في المعدة اولاً ثم مادة صفراوية وربما اشتد التيه وصاحبه مغص معوي واسهال صفراوي. وعلاجه بالمشروبات الفوّارة (اي مزيج من حامض الليمون و كربونات الصودا) والمسهلات اللطيفة والخردليات على المعدة واكل الثلج والحمية الشديدة

٢. احتقان الكبد. اسبابه عمل البلاد الحارة في تنقيص الابرار الرئوي وتحميل الكبد في الافراز ما ينقص من عمل الرئتين والتغيرات الجوية السريعة

والتعرض للبرد وتكرار الحمى الدورية وكثرة الطعام والشراب والمشروبات الروحية والتعرض للشمس وقلة الرياضة وكثرة النوم. واعراضه قذر اللسان وكراهة طعم الفم عند الصباح ونقص شهوة الطعام وصداع وعدم انتظام عمل الامعاء وفساد الغائط وغثيان وحاسة ثقل في الجانب الايمن . وعلاجه المسهلات والحمية عن الطعام والخردليات على الجانب الايمن والرياضة المعتدلة دون التعب ولا سيما ركب الخيل ومياه كرلسباد المعدنية

٣. التهاب الكبد الحاد. اسبابه كاسباب الاحقان بل ربما كان احقان الكبد سابقاً لالتهابه وكثيراً ما يكون مصاحباً للدوسنتاريا . واعراضه كاعراض الاحقان الا انها اثقل وهي ألم في الجانب الايمن يزيد عند الضغط تحت الاضلاع وعند النفس الطويل والسعال والنوم على الجانب الايسر ويصاحب ذلك ألم في الكتف الايمن . ويشتد لون البول ويحدث غثيان اوقيء مع قبض او اسهال وحمى غالباً وبما وجد برقان . وعلاجه اذا كانت بنية المريض قوية بالفصد العام او وضع العلق على الجانب المصاب والمساهل المحمية كشتات المغنيسيا وتكرر اذا اوجب الامر كل يوم او يومين ولبخ بزر الكتان والحمية وتفيد المشروبات الفوارة لاجل تخفيف العطش والغثيان . ومتى زالت حدة المرض يجوز وضع حراقة

٤. التهاب الكبد المزمن . قد يكون هذا الالتهاب من عواقب الالتهاب الحاد او من الاحقان المتكرر او قد يأتي بالتدريج بحيث يُغفل عنه زمناً طويلاً . الاعراض الاولى شعور بثقل في الجانب الايمن ووجاع ناخسة وفقد شهوة الطعام وقرقر بطنية . ثم يكبر حجم الكبد فيشعر به تحت الاضلاع واذا تضخم نحو الاعلى زحم الرئة واحداث سعالاً وعسراً في النفس الطويل والمآ في الكتف او الكتفين . وبصرف الوجه ويجف الجلد وتضعف القوة وتنقبض النفس . وعلاجه بالمسهلات المحمية او المعدنية والحمية عن الطعام واجتناب المنبهات . واذا دام الحال وجب الانتقال الى مناخ بارد . ومن الادوية المدوحة في هذا المرض الحامض النثرومبورياتيك

والراوند والبودوفيلين وبودور البوتاسيوم ولكنها جميعها مما لا يستعمل إلا بامر الطبيب

٥ خراجة الكبد. قد تظهر خراجة الكبد فجأة مدة احتفائه أو التهابه المحاد وتكون اعراضها حينئذٍ قشعريرة يعقبها عرق بارد وقذر اللسان وقلة البول واحمراره ورسوبه وحى تزيد في الليل واسهال . والغالب انها تظهر مدة سير الالتهاب المزمن واعراضها ان المريض لا يتعافى بل يبقى ضعيفاً ويعرض له برد وحى نحو المساء كحى الدق ويشعر بثقل في الجانب الايمن . وربما ظهرت بدون علامات واضحة او التهاب سابق حتى ان بعض اطباء الشهيرين قال رأيت انساناً يموتون من خراجة الكبد لم يتبين شيء من علاماتها مدة حياتهم ومن المحقق ان كثيرين من الذين يموتون من الدوسنطاريا يختلط المرض فيهم بخراجة الكبد فاذا كانت الحى اشد مما تكون في الدوسنطاريا وكان اللسان قذراً في مركزه احمر عند راسه وجانبه وشعر المريض بثقل في الجانب الايمن وقعت الشبهة بوجود الخراجة الكبدية واذا ضيف الى ذلك حدوث القشعريرة تحقّق الامر

ومتى تكونت الخراجة على احدى الطرق التي ذكرت فتظهر تارة على هيئة ورم في الجانب او عند فم المعدة فتفتح الى الظاهر . وتفتح احياناً الى المعدة فينشاء الصديد منها او الى الامعاء فيخرج الصديد مع الغائط او الى الرئة فيخرج ما فيها بواسطة السعال . وقد تفتح الى التجويف الصدري او البطني حيث لا يجد الصديد مخرجاً . اذا اتجهت الخراجة الى الظاهر تشق بالمبضع وهو من عمل الجراح واذا فتحت الى بعض الاحشاء فلم يكن من العلاج في غياب الطبيب الا اسناد قوة المريض بالغذاء الجيد وراحته من الالم بواسطة عشرين قعقة من الكلورال او قعقة من الافيون

٦ نفرانجيا الكبد وجع عصبي يصيب هذا العضو فيظهر تارة ويختفي اخرى ويكون احياناً مؤلماً وربما توهم المريض علة كبيرة وشغلت الهواجس بالة على ان

شهوة الطعام والمضم والنوم تكون جيدة. وهي علة خفيفة لا تحتاج إلا الى خردلية
والمقويات كالكينا والحديد والرياضة المعتدلة وراحة بال المريض

الكساحه

الكساحه لين واعوجاج في العظام وهي ناشئة عن نقص في الاملاح الترابية
التي تدخل في تركيب العظام وتصيب غالباً الاولاد الخنفاء الذين بنيتهم خنثيرية.
ومن الكيفيات الموافقة لظهوره المساكن الرطبة المظلمة وعدم الكفاية من الطعام
المغذي واللباس الدافئ. واكثر ظهوره بين الشهر السادس والسنة الثالثة من
العمر. واعراضه ضعف عام وهزال وبراز رصاصي اللون ونفخة في البطن وحى خفيفة
وعرق غزير في الليل وورم مفاصل الركبة والرسغ وتعوج العظام وربما نشوة العمود
الظهري والصدر. وقد يدوم المرض شهوراً وينتهي بالموت من الضعف او الاسهال
او علة اخرى واذا انتهى بالشفاء فتشدد قوة الولد ويقل الهزال ويصير البراز
طبيعياً

العلاج. العناية في خدمة الولد والطعام الخفيف المغذي والكيفيات الهيجينية
كتنافؤ الهواء واللباس الدافئ واجتناب الرطوبة والغسل بما الجراو بالمياه المحمية
واذا كان الولد ضعيفاً لا يطبق ذلك فبالمسح بالاسفنجة. ويمنع الولد من المشي لئلا
تتعوج عظامه ويبقى مستلقياً اذا كان ظهره مصاباً لئلا يحدث التشويه فيه. ومن
الادوية يفيد زيت السمك وشترات الكينا والحديد وماء الكلس ممزوجاً بالحليب
بمقادير متساوية

الكلب

سبب داء الكلب عضه حيوان مصاب بهذا المرض ونفوذ لعابه في الجرح
وامتصاصه الى الدم. غير ان المرض لا يظهر في كل من يعض بل قد يسلم العضوض

اما لان اللعاب يذهب في الثياب اولسبب آخر مجهول . واذا ظهر فيكون غالباً قبل مرور اربعين يوماً ويندر بعد هذه المدة . اعراضه هائلة جداً اخصها تشنجات مؤلمة وخوف عظيم من الماء بحيث انه اذا سمع المريض صوت خريره تشنج في الحال وزبد على الفم والموت بعد يومين او ثلاثة . والشفاء نادر جداً فليس للطبيب من فائدة الا لتلطيف الاعراض وتسكين الالم بالخذرات القوية كالافيون والكولوروفورم والكورال وتخفيف العطش الشديد مع الخوف من الماء بواسطة اطعام المريض الثلج

علامات الداء في الكلب انه يكون اولاً قلقاً ويطلب الاخفاء ويرفض الطعام ويهبط الذنب وتحمّر العينان وتدمعان ثم يذهب نائمها يطلب قطعاً من الفش والورق فاذا وجدها اكلمها وكثيراً ما يحكّ انثى بالاجسام الباردة . ويصير نجمة ابح وشعره واقفاً ويهجم على الاولاد وغيرهم من كان بالفهم من قبل . ثم يبيض اللعاب من فيه ويلتهب الحلق ولا يخاف من الماء كالانسان المصاب بل يلعقه ولكن اكثره يخرج من الفم بدون ان يبتلعه

اذا عض الحيوان المصاب بهذا الداء انساناً وجب كي الجرح بالنار او الحديد الحمي في الحال وقال بعضهم بوجوب قطع العضو اذا امكن

الكلبتان (امراضها)

يتميز هذا المرض بكون الالم في الصلب على الجانب الواحد غالباً وعلى الجانبين احياناً . والالم المذكور يمتد على مسير الحالب الى اصل الفخذ وكثيراً ما تجذب الخصية الى اعلى الصفن من تشنج العضلات . وهو ثابت غائر يزيد عند الضغط او عند السعال او العطاس او عند بسط فخذه الجهة المصابة ولذلك يكون المريض غالباً مضطجعاً على ظهره والفخذ الواحد او الاثنان منقبضان . ويصاحب ذلك غالباً قيء وبول قليل الكمية دموي . اسبابه البرد والآفات الميكانيكية

والركب الطويل والرمل وامراض المثانة والمسالك البولية
العلاج. وضع العلق على الحبل المصاب ويكرر اذا لزم وتليين الامعاء والحمية
عن الطعام الا الخفيف منه وشرب ماء الشعير او بزر الكتان. وكثيراً ما ينتهي
التهاب الكلية الى المرض المعروف بمرض بریت

المثانة (امراضها)

المثانة حاصل يجمع فيه البول المنحدر من الكليتين ويخرج منها بالارادة عند
الحاجة. امراضها التي يصح ذكرها هنا الالتهاب الحاد والمزمن والحصاة
التهاب المثانة الحاد يحدث من ضرر ميكانيكي او التعرض للبرد او التهييج
الحاصل من وجود حصاة فيها او من تضيق المجرى البولي او من امتداد الالتهاب
اليها او من استعمال كمية كبيرة من بلسم الكوييبا والذراريح او من استعمال الآلات
الجراحية او من الخاض الطويل. واعراضه حى والم في القسم السفلي من البطن
ولاسيما عند الضغط على جهة المثانة وكثرة دفعات استطلاق البول مع قلة الكمية
عند كل دفعة والام والحرقه. ويتضمن البول راسباً مخاطياً واحياناً دمًا. وعلاجه
العلق على القسم المصاب اما على العانة او على العجان والليخ الحارة على اسفل البطن
والمغطس السخن وشرب مغلي الشعير والمليينات للامعاء اذا كان هناك قبض او
الحقن بالماء الفاتر وملازمة الفراش. ويؤخذ قهقهه افبيون عند النوم او خمس عشرة
قهقهه من هيدرات الكلورال

التهاب المثانة المزمن كثيراً ما يكون نتيجة الالتهاب الحاد او حصاة او مادة
رملية في البول او مرض في المجرى او الكليتين او المستقيم. واعراضه كاعراض
الالتهاب الحاد الا انها اخف ويضاف اليها خروج مادة مخاطية كثيفة خيطية مع
البول الذي تكون رائحته نشادرية. وعلاجه يكون بالنظر الى اسبابه وعلاجها.
وتخفف الالم بالمغاطس السخنة والحقن بالماء الفاتر وتليين الامعاء وملازمة الفراش

او الراحة ما امكن. ويجب ان يكون الطعام بسيطاً مغدياً
 حصاة المثانة سببها حالة مرضية في البول واعراضها ألم شديد في المثانة
 يزيد عند الحركة وبعد التبول وتواتر استطلاق البول مع حكة وحرقة عند
 طرف القضيب وهو ما يسبب في الاولاد جذب القلفة دائماً فتستطيل ونحمر وتلتهب.
 وكثيراً ما ينقطع البول فجأةً لسبب اندفاع الحصاة الى الامام عند فتحة المجرى.
 وتشخيص وجودها بالتخفيق وعلاجها من متعلقات الجراحة

مجرى البول (امراضه)

التهاب مجرى البول وهو المعروف عند العامة بالتهتية ينشأ من العدوى
 ويصيب الذكور والاناث. وهو يبدأ غالباً نحو اليوم الثالث بعد التعرض للعدوى
 بحكة واحمرار في المجرى البولي مع افراز رقيق ابيض. ثم يحدث ورم وحرقة شديدة
 عند التبول ويصير الافراز غريباً غليظاً مائلاً الى الصفرة مع ألم عند اصل
 الفخذين والخصيتين وكثيراً ما يتصلب القضيب ولا سيما مدة الليل. اذا كان
 الالتهاب بسيطاً دام من عشرة الى عشرين يوماً. غير انه كثيراً ما يؤدي الى
 التهاب الخصية او المثانة او الغدد اللعناوية في الاربية او ورم القلفة او الروماتزم
 الخاص بهذا المرض. وعند زوال مدة الالتهاب قد تبقى منه حالة مزمنة تعرف
 بالكليت تؤدي الى تضيق المجرى

العلاج. يجب على المصاب ان يلائم الفراش في اول الامر ويلبس الامعاء
 بالمساهل اللطيفة كشتريات المغنيسيا. ويخفف الألم بالجلوس في الماء الساخن وباخذ
 نحو عشرين قمحة من هيدرات الكلورال. واذا حدث انتصاب مؤلم يغطس
 العضو في ماء بارد ويؤخذ ثلاثون نقطة من صبغة الكافور مع قليل ماء. ويجب مع
 كل ذلك الراحة وتخفيف الطعام واجتناب المسكرات ورفع اعضاء التناسل
 برباط لطيف حتى لا تتدلى. وعند زوال حدة الالتهاب يؤخذ كبسول بلسم

الكويباي. وربما احنج الى حنفى المجرى بقمحة من كبريتات التوتيا مع فنجان ماء ثلاث مرات في اليوم

اذا حدث التهاب في الخصية فيعالج كما ذكر في امراضها مع ملازمة الفراش والانتطاع عن حنفى المجرى. واذا حدث التهاب في المثانة يمتنع الحنفى ويعالج كما ذكر في امراض المثانة. واذا التهابت غدد الاربية وحدث فيها ورم يبقى المريض في الفراش ويضع على الحبل المتألم لرق ماء بارد او مثج او مضاف الى ١٠٠ درهم منه ١٥ درهما من روح الخمر المعروف بالكحول وه ١ درهما من الخل. فاذا لم ينته الامر بالتخليل بل تقدم الى تكوين الصديد صار الالم نابضا والصفن احمر منتفخا فيعالج معالجة الخراجات اي انه تدام اللزق الحارة وعند تكوين الصديد ينفع بالمبضع. واذا ورمت القلفة فقد تكون مرتدة الى ما وراء الحشفة (بارافيموسس) او الى مقدمها (فيموسس) فلا يمكن جذبها الى الامام او الخلف وعلاج هاتين الحالتين من متعلقات الجراحة

تضيق المجرى على نوعين الثابت والتشنجي. اما الثابت فيراد به تضيق في مكان او اكثر من المجرى البولي مسبب غالبا عن سماكة تحدث من التعقبة المتكررة او الممثلة او التي كان علاجها رديا. واعراضه اولاً خروج نقط من البول بعد نهاية التبول ترطب الثياب وصعوبة في التبول وخروج البول على هيئة سيل رفيع اوسيلين منفصلين او ملفنين الواحد على الآخر. وكثيرا ما يرافقه حكة عند طرف القضيب وافراز رقيق. وقد تلبس هذه الاعراض باعراض حصة في المثانة او تضخم البروستاتا فينبغي حينئذ ادخال الجس لمعرفة حقيقة الامر. واذا اهل التضيق المجري الثابت فرما ادى الى خراجات تنتهي الى نواسير في العجان اي بين الصفن والاسرة. وعلاجه باصلاح المعدة والامعاء والراحة وانتظام المعيشة ومع ذلك يجب توسيع المجرى بادخال جس معدني وهو من اعمال الجراح الخبير اما التضيق التشنجي فيحدث غالبا في المصابين بالتضيق الثابت الخفيف وقد

يحدث من التهييج المجري البسيط الناشئ غالباً من التعقبة الحادة او المزمنة. واسبابه
 المهيجة كثيرة شرب المسكرات وحبس البول زمنًا طويلاً والتعرض للرطوبة وركب
 الخيل والتهييج الباسوري وحالة مرضية في البول. واعراضه اعراض حبس البول
 بحيث ان المريض يتنهي التبول ولا يقدر ان يبول فتمتلئ المثانة وتزداد وترتفع الى
 اسفل البطن حيث يشعر بها عند اللمس على هيئة ورم صلب. ومع ذلك يحتمل
 المريض مضناً عظيماً ويحجم ويزجر لاطلاق البول وربما انفجرت المثانة او المجرى
 من شدة الزحير فيشعر براحة وقوية ولكنه يعقبها اعراض الغنغرينا والموت الا اذا
 كان الانفتاق محصوراً في المجرى فربما انتهى الامر الى خراجة في العجان وسلامة
 المريض. وعلاجه متى حدث من التضيق التشنجي حبس البول وضع المريض في
 حمام حار نحو نصف ساعة وعند خروجه منه ليخ حارة على اسفل البطن وعلى
 العجان اي بين الصفن والاست ويعطى من عشر الى خمس عشرة قمحمة من مسحوق
 دوفر. واذا كانت الامعاء قابضة فيعطى جرعة كافية من زيت الخروع. فان لم
 تنجح هذه الوسائط بعد ثلاث ساعات يعطى ثلاثين قمحمة من هيدرات الكلورال
 ويوضع ثلاثون علفة على العجان ثم اذا لم يجر البول يدخل القناطير لاجل استخراج
 البول. واذا حدث انفتاق المجرى وتخلل البول الانسجة تحتمل الجلد فعلى الجراح
 ان يبضع الجلد في الخط المتوسط على الصفن الوارم او العجان بضعا طويلاً غائراً
 طوله نحو ثلاثة قراريط وغوره نحو قيراط ويعقب ذلك بالليخ الحارة ووضع قناطير
 في المثانة وابقاؤه هناك. وكل ذلك من اعمال الجراح

المغص

المغص الم حاد في البطن متقطع غالباً ويصحبه عادة التقيؤ واجتماع ريج في
 الامعاء وقد يكون معه قيء. اذا كان المغص بسيطاً فلا يرافقه حمى او التهاب وهو
 يتميز عن الالم الالتهابي بانه يسكن قليلاً عند الضغط والغالب ان المريض يتقلب

في فراشه ويشد بطنه بيد به ليحد شيئاً من الراحة خلافاً للالم الالتهابي فان ضغط البطن يسبب زيادة الالم فيكون المريض حينئذٍ مستلقياً على ظهره قابضاً ركبتيه لا يطبق الحركة. ويجب ان يتميز عن مادة رملية في الكلية اذ تكون الاعراض الالم سائر نحو الفخذ ونقلص الخصية وخطر في الفخذ واللم في الحفوين وطلب التبول. وعن بدءة الدوسنطاريا التي يصحبها خروج مادة مخاطية او دموية. وعن سير حصاة صفراوية الذي يتميز باللم ناخس يمتد من جهة المعدة الى الظهر

علاج المغص تابع للسبب الذي يهيجهُ. فان كان من طعام ثقيل غير مهضوم دخل المعدة حديثاً يعطى المريض عشرين قهقهة من مسحوق عرق الذهب في قدح ماء فاتر ليقىء ما اكَلهُ ثم جرعات من الماء الفاتر الى ان يخرج كل ما في المعدة. وان كان المريض يتقيأ فتوضع خردلية على المعدة وان كان هناك قبض يعطى مسهلاً خفيفاً. وفي كل حال يجب وضع لبخ بزر الكتان الحارة على كل البطن وتعاد. ولا مانع ايضاً عند اقتضاء الامر من وضع المريض في حمام فاتر او سخن وقد ينشأ المغص من سدة في المعى او انقلاب قسم منه في قسم آخر يعرف بالتغدد. وعند ذلك لا يجوز اعطاء المسهلات بل يعتمد على الحقن والحمام الفاتر او السخن واللبخ الحارة على البطن (انظر سدد الامعاء)

المفاصل (التهابها)

التهاب المفاصل من عواقب الروماتزم والنقرس والداء الخنزيري وربما التهاب مفصل بلا سبب معلوم او من اذى ميكانيكي. وعلاماته ورم المفصل والمته. وعلاجه بالعلق والنطول الفاترة والراحة التامة. اخص انواعه المهمة التهاب المفصل الوريكي والتهاب مفصل الركبة

التهاب المفصل الوريكي يصيب غالباً الاولاد الذين يرثون مزاجاً خترياً وكثيراً ما يظهر بلا سبب معلوم او قد ينسب الى لطفة خفيفة. الاعراض الاولى

طفيفة لا يلتفت اليها ثم يشكو الولد أماً في الورك أو الركبة ويعرج عند التعمب أو يحرج
 أحد رجليه. فيجب أن يقاس حينئذ الطرفان السفليان في حالة الوقوف والاستلقاء
 على الظهر فإن ظهر أن أحد الطرفين أطول قليلاً من الآخر كان السبب ارتشاج
 سائل في باطن المفصل يدفع الطرف إلى الأسفل ويحدث الطول المذكور. ويتحقق
 وجود المرض أيضاً بقرع العظم البارز من المفصل الوركاني أو بقرع عتب القدم
 فيشعر المريض بالمر في المفصل المذكور. ثم إذا تقدم المرض تعسر المشي وزاد العرج
 وانتهى الأمر إلى عدم إمكان الوقوف فتهزل الآلية من ضمور العضلات ويزيد الم
 المفصل وحينئذ يأخذ العضو في القصر وتجه ركبة الطرف المصاب نحو الطرف
 الآخر وتغرف الندم نحو الانسية وتكون الخراجات وتظهر حتى الدق

العلاج. أهم ما يكون في علاج هذه العلة الراحة التامة للعضو المصاب من
 بداءة الأمر. فيحصر الولد في الفراش وربما وجب ربط العضو ربطاً لا يميز له أدنى
 حركة. ومن الضروري نقاوة الهواء وتقوية الجسد بالكينا والحديد وزيت السمك
 والطعام المناسب وربما وجب استعمال بودور البوناسيوم أو بودور الحديد. غير
 أن عمدة التدبير من متعلقات الجراحة

التهاب مفصل الركبة يحدث غالباً كالمرض السابق للأولاد الذين مزاجهم
 خنثيري وينسب عادة إلى آفة كلطية أو وقعة ولكنه بالحقيقة مرض عائد إلى
 البنية. أعراضه الم وورم وتيبس في المفصل وهذه الأعراض تكون خفيفة في أول
 الأمر تخفي حقيقة المرض ثم إذا ازدادت توضحت العلة وإذا توقف انتهت إلى
 تكوين الخراجات ومرض عظام المفصل. وهي من الأمراض الجراحية العسرة
 وتحتاج كالمرض السابق إلى طعام خفيف مغذٍ وإلى نقاوة الهواء

النَّاسُورُ

الناسور نجويف يتكون فيه صديد وله فتحة ضيقة مستطرفة إلى الخارج. ومن

اشهر انواعه الناسور الدمعي والناسور الاستي غير انه كثيراً ما يكون ناشئاً من قطعة عظم ميتة او من جسم آخر غريب. علاجه بالشق واستخراج الجسم الغريب اذا وجد وكل ذلك من متعلقات الجراح. وربما كفى في بعض انواعه البسيطة الحقن بالمواد الحريفة او الكاوية او القابضة

النَّفَرالجيا

النفرالجيا الم عصبي يحدث في اقسام كثيرة من الجسد ولا سيما في الوجه وجانب الراس والاسنان وجانب الصدر. وكثيراً ما يكون شديداً جداً باقياً على هيئة نوب. واسبابه تسويس الاسنان وسوء الهضم وعدم انتظام الدور الشهري في النساء والمالاريا وعلى الخصوص ضعف عام في البنية تهيب^٢ الشخص لحدوث المرض. ولذلك كان علاجه عائداً الى السبب فان كان سناً مخوراً فيقلع او يُجشَى وان كان سوء هضم فيعطى مسهل ويحذر المريض من تغليظ الطعام وان كان خلالاً في الحيض الشهري فيلتفت اليه وان كان المالاريا فيعالج بالكيما ولا سيما اذا كان الالم يعود على هيئة ادوار منتظمة. وفي كل حال لابد من تقوية الجسد بالطعام المغذي واجتناب السهر الطويل وقطم الطفل اذا كانت المريضة مرضعة وتغيير الهواء. ومن افضل الوسائل لتسكين نفرالجيا الراس منقوع درهم كوارانا في قدح ماء يشرب دفعة واحدة او تدريجاً واذا كان الالم شديداً لا يسكن بالبلخ الحارة والمخدرليات ربما وجب الحقن تحت الجلد برقع قمحة مورفين وهو من اعمال الطبيب

النِقْرَس وهو الكَوْتُ

النقرس علة في المفاصل شديدة الالم ناشئة من تولد سم خاص في الدم. وهو يشبه داء المفاصل (الروماتزم) من جملة وجوه ويختلف عنه بانه يصيب المفاصل

الصغيرة في الكسالى المترفي المعيشة المتقدمين في العمر خلافاً للرومانم الذي يصيب المفاصل الكبيرة ويخنار غالباً الفقراء والحدِيثين في السن والكحول. واعراضه الاولى ضيق الخلق وحى خفيفة وصداع وسوء هضم يعتبها في الليل غالباً ألم حاد في القسم المصاب وهو ابهام القدم على الخصوص يبدأ عند الصباح غير ان الابهام يبقى احمر وارماً لامعاً. ويصاحب هذه الاعراض عرق حامض الرائحة والطعم ورسوب رملي احمر. ويتردد الألم في الليل غير انه يخف عادة كلما زاد الورم ومتى زال الألم والورم ظهرت قشور على الجلد. ثم يزول المرض وربما يظهر مرة أخرى قبل مرور ستة اشهر او سنة. وقد يكون مجلسه اصابع اليد وربما سبب فيها اوراماً طباشيرية. وقد ينتقل من المفاصل الى الاعضاء الباطنة كالمعدة والقلب والدماغ العلاج. عند ظهور نوبة المرض يُعطى مسهل لتلين الامعاء ان كانت قابضة وبعد ذلك عشرون نقطة من خمر الكليسيكوم وخمس قححات من ملح البارود مع فنجان ماء كل اربع ساعات الى ان يسكن الألم او يحدث غثيان فينقطع حينئذٍ عن الدواء. واما العلاج الموضعي فيقوم بلف القسم المصاب بالتطن ورفعهِ قليلاً على وسادة وعدم تحريكه. ولا تجوز الوضعيات الباردة عليه لان ذلك ما يرد المرض الى الاعضاء الباطنة. ومع ذلك يُلزم المريض بالراحة التامة وبساطة المعيشة واجتناب الاطعمة الحيوانية اولاً ثم التقليل منها والرياضة والابتعاد عن المسكرات وانتظام عمل الامعاء

النَّكْفَةُ (التهابها)

الغدة النكفية اكبر الغدد اللعابية وهي موضوعة الى مقدم الاذن وممتدة الى اسفلها وراء الفك. والتهابها وافدي معدٍ يصيب الاولاد غالباً وبالبالغين احياناً وهو المعروف عند العامة بابي كعيب. يبدأ المرض بحجى خفيفة وورم صلب مؤلم في الغدة المذكورة يدوم نحو اربعة او خمسة ايام ثم يزول بالتدرج ويندرائه يتقيح. وقد يصيب

المجانين معاً ويندرائه يصيب الشخص الواحد أكثر من مرة. وهي علة خفيفة خالية من الخطر غيرائه ربما صاحبها او اعتقها ورم في الثدي او الخصية. وعلاجها العلق اذا كانت شديدة تعارض البلع او التنفس والغالب انه يكفي وضع اللبغ الحارة او القطن او الفلانلا على القسم المصاب مع تليين الامعاء اذا اوجب الامر

الهستيريا

الهستيريا مرض عصبي يصيب النساء ولا سيما اذا كنَّ من اهل الرفاهة وقلة الحركة. وهو يظهر على نوعين الاول اعراض طويلة عصبية والثاني نوبات تشنجية. وقد تشكو الانثى من الاعراض العصبية المذكورة واحياناً تصاب بالتشنج او قد تصاب بالتشنج ولا يكون من الاعراض العصبية في الفترات الا القليل. اكثر المعرضات لهذا المرض البنات وغير المتزوجات

اخص الاعراض العصبية قراقر في البطن وجشاء وفواق وخفقان القلب وعسر التنفس وشعور بالاخناق كأنَّ كُرَّةً تسدُّ الحلق وفقد الصوت. ومنها اوجاع عصبية في محال مختلفة من الجسد قد تلبس بالتهاب الرحم والامعاء والمفاصل وغيرها وهي جميعها تتميز بعدم ارتفاع الحرارة الذي يحدث في الالتهابات وبالمزاج الهستيري والنظر العام الى حالة المريضة. واما التشنج الهستيري فيختلف عن بقية العلل التشنجية بان الوعي لا يغيب ولو لم تستطع المرأة الكلام والسحنة لا تتغير والحركات التشنجية تكون تحت بعض سلطة الارادة وكثيراً ما يتعاقب في النوبة البكاء والضحك ويسبقها عادة الحس بكرة تصعد الى الحلق ويعقبها افراز بول غزير

العلاج. مدة النوبة يجب حل الثياب الضيقة مما يحيط بالعنق والصدر والبطن وادخال الهواء الى المكان وتهوية المريض بالروحة ورش الماء البارد على الوجه او صبّه من جرّة على الراس وفرك الاطراف واذا امكن المريضة البلع فتعطى

ملعقة صغيرة من روح الشادر العطري مع فنجان ماء. ومدة الفترات الرياضة اليومية والاستحمام في الماء البارد واصلاح الامعاء وجودة الطعام ونقاوة الهواء. وكثيراً ما ينشأ هذا المرض عن علل رحمة او ادية فيجب الالتفات اليها واصلاح الخلل ما يكون في عموم الصحة

الهواء الأصفر

يبدأ الهواء الاصفر على نوعين الاول فجأة والثاني بعد تعب عام واسهال بلا الم يدوم من يوم واحد الى عشرة ايام واكثر وكثيراً ما يكون هجوم المرض مدة الليل او في الصباح الباكر. واعراضه الاولى اسهال مائي غزير وقيء مواد ملوثة اولاً ثم سائل ابيض يكاد يكون بلا رائحة شبيه بماء الارز المسلووق. ويصحب ذلك تشنج والم في الساقين والفخذين وعضلات البطن وعطش شديد وحاسة احتراق في المعدة وضعف النبض وقلة البول ثم انقطاعه وقلق العليل ونقله في الفراش. ثم تغور العينان وتحيط بها هالة زرقاء وتنكمش السحنة وتبرد الاطراف ويخفئ النبض ويحج الصوت ويزرق الجلد ويكتسي بعرق بارد ويعسر التنفس. وهذه الاعراض منذرة بالموت الا اذا انقطع الاسهال والقيء وعاد لون الغائط وخروج البول واشتد الصوت ورجع النبض الى القوة بعد اخفائه او ضعفه فيرجى حينئذ شفاء المريض اسبابه غير معلومة بالتحقيق ولكنه قد ترجح عند المحققين ان السبب الاصلي هو مادة سامة غير منظورة تنتقل بواسطة الهواء والاشخاص والامتنعة من مكان الى مكان وتنتقل ايضاً بواسطة الماء والطعام الى الجسد كما تدخله بواسطة الهواء. وذهب البعض الى ان اخص الاسباب هو شرب المياه التي قد خالطها شيء مما كان يسيراً من مبرزات المرضى بهذه العلة. وقد ترجح ايضاً ان اصل هذا المرض في بلاد الهند وانه ينشأ هناك ويمتد في ازمته دورية غير معلومة الى البلاد المجاورة الى انه قد وصل مراراً كثيرة الى اوروبا واميركا. ولا خلاف في انه اذا كان المرض

موجوداً فاخص الاسباب التي تهيجها هي الضعف الناشئ من السكر والخوف والتعب المفرط وازدحام البشر ورداءة المساكن واقدار الازقة والرطوبة والفقر والجوع والقط. وقد شوهد كلما ظهر وافد هذه العلة ان اكثر الموت يكون في المواضع غير الصحية وبين الناس الذين يتميزون بالقدر والفاقة وازدحام في البيوت والازقة والمدن

العلاج. عمدة العلاج في هذا الداء مقابلة الاعراض الاولى التي تظهر وذلك انه متى كان الوافد موجوداً وبدأ الاسهال في احد فيلزم الفراش في الحال ويشرب عشرين نقطة من صبغة الافيون المعروفة باللودنم مع ملعقة ماء بعد كل دفعة من الخروج الى ان ينقطع بالكلية. واذا ظن المريض ان الاسهال مفيد له ولم يعبأ به ولم يلزم الفراش فالاقرب انه يشتد الحال وربما أدى الى الاعراض المهلكة. واذا ظهر قيء يقاوم بوضع الخردليات على المعدة ولاجل تخفيف العطش يباح للمريض شرب الماء البارد او الثلج او اكل الثلج. ولا يجوز من الطعام الا مرق اللحم. فبواسطة هذا التدبير تتوقف العلة ويبرأ المريض. ولكن اذا تقدمت الى الاعراض التي تقدم ذكرها المعروفة بالتهور وبرد العليل بطلت فائدة الدواء فتمنع وانما يشرع بالوسائط لاقامة الحرارة الحيوانية كفرك الجسد ولا سيما الاطراف بالفلانلا والخردليات على البطن والساقين ووضع اكياس من الخالة الحارة على الظهر وبين الرجلين وعلى البطن. ولا يمنع المريض عن الماء البارد ولو قاءه على الدوام. وعند انقطاع البول بالكلية توضع الخردليات على الظهر وربما افاد استعمال بعض المدرات للبول كخمس قمحيات من ملح البارود او نصف درهم من روح ملح البارود المحلول كل ساعتين مع قليل من الماء

وقد اتفق عامة الاطباء على ان يفرد المريض عن الناس ما امكن فلا يبقى معه الا الذين يخدمونه. ولا بد من تجديد الهواء في الغرفة بفتح النوافذ واستقبال مبرزات المريض في وعاء حاوٍ على بعض العقارات المضادة للفساد كالجاز

والحمض الكربوليك وأعلى منغنيات البوتاسا وتطهير بيوت الماء وغسل ايديه
الذين يخدمون المريض بما ذكر. ومدة النفاة لا يُعطى الأ مرق اللحم والاروروت
والنشا الى ان يتعافى وتصير المبرزات طبيعية

وقد يعتب دور التهور رد الفعل وربما بلغ ذلك درجة الحمى فان كانت
خفيفة زالت من تلقاء نفسها وان كانت شديدة فتلطّف بمسح الجسد بالماء البارد
والادوية المبردة التي تستعمل في الحميات البسيطة ويحافظ على القوة بالامراق
القوية دفعات متواترة ولكن بكميات صغيرة

واما الوسائط المانعة لهذه العلة فاولها النظافة الشخصية والعامة . بحيث انه
اذا ظهر المرض في بيت فتستعمل جميع وسائل التطهير وتنقية الهواء على ما سبق في
حفظ الصحة . واذا قرب الوباء من مكان وجب زيادة الانتباه الى تنظيف البيوت
والازقة والاسربة والبلايع . ثانياً تجنب الاماكن المصابة ويتعد عنها اذا امكن
والخروج من المدن الغاصة بالناس والصعود الى الجبال العالية من الامور التي
تفيد الخارجين لانهم يخلصون من خطر الوقوع في المرض والباقيين لانه ينقص
ازدحام الناس ويتلطّف جداً عمل الوباء . ثالثاً يُنبه الى الهيجين الشخصي فتُنظّم
المعيشة على الترتيب الصحي ويحذرون من الخوف الذي بعد الشخص للمرض ومن
اكل الفواكه غير الناضجة والتعرض لحرّ الشمس ولبرد الليل ونداء والتعب المفرط
والاطعمة الضخمة والمشروبات الروحية وجميع الاسباب المضعفة . رابعاً يُعتنى حالاً
عند اول ظهور الاسهال فيلزم الانسان الفراش ويؤخذ قهقهة من الافيون او
عشرون نقطة من صبغته بعد كل مرة من البراز الى ان ينقطع

اليرقان

اليرقان حالة مرضية تتميز بصفرة او خضرة لون العينين والجلد وقبض
الامعاء وياض الغائط ومشابهته للطين الابيض وصفرة البول الشديدة ومرارة

الغم وقذر اللسان والغثيان ولا سيما عند الصباح وحكة في الجلد غالباً. وسبب كل ذلك وجود الصفراء في الدم فإنه اذا لم تسر الصفراء من الكبد الى الامعاء لعل ما ذهبت الى الدم وخرج بعضها مع البول بواسطة عمل الكليتين. وهو على نوعين زمني ودائم

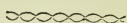
اما النوع الزمني فيحدث من احتقان الكبد او التهابه او من حصة مرارية في القناة الصفراوية تعارض سير الصفراء. وربما لم يكن له سبب ظاهر فيخرج حينئذ انه ناشئ عن زكام القنوات الكبدية وورمها. وعلاجه بالمسهلات المحمية ولا سيما كبريتات الصودا ونقيع الراوند نحو فنجان منه ثلاث مرات في اليوم والخردليات على جهة الكبد مرة كل يوم وتخفيف الطعام وتقوية المعدة بالخشب المر او غيره من المنقويات النباتية

والنوع الثابت يحدث عن علة عضالة في الكبد او عضو آخر باطني وينتهي غالباً الى الموت



فصل

في الآفات والعوارض



قبل ذكر الآفات والعوارض بالتفصيل يجب وضع القواعد العامة في تدبيرها حال حدوثها الى ان يحضر الجراح والطبيب وهي:

١. نُستعلم قصة الحادثة ومحل الاذى بواسطة اسئلة قليلة بسيطة واضحة من المصاب نفسه ان كان واعياً يستطيع التكلم والآمن الحاضرين

٢. ان كان المصاب غائب الوعي فيُلَقَّى على الارض ويسند راسه بوسادة او شيء اخر لين يجث يكون الراس على مساحة الجسد لا اعلاها. ويجب ان يكون وضعه مائلاً الى احد الجانبين لان التنفس يكون اسهل حينئذ مما لو كان مُلقًى على ظهره. ثم تُحل اربطة العنق وازرار ثياب الصدر والبطن لكي لا يضغطها شيء

٣. يُرَش الوجه والصدر بماء بارد ثم يُنَشَف ويسقى ماءً بارداً اذا كان يستطيع البلع. ولا يعطى مشروباً روحياً منها كالحمر والعرق الا اذا اوجب الامر

٤. لا يجوز ان قصد غالباً في الحال بعد حدوث الآفة

٥. تخلص الاعضاء الواحد بعد الآخر وينظر ان كان هناك جرح او نزف

او كسر او غير ذلك ويتدبر بحسب الحال الواقع كما سيأتي

٦. اذا وجب نقل الشخص من المكان الذي اصابته فيه الآفة فيجمل مستلقياً

على آلة خشبية او غيرها وعلى الخصوص اذا كان الاذى قد اصاب الراس. فلا

يجوز ان يمشي او يركب فرساً او مركبة

٧. لا يجوز الكلام الذي ليس منه فائدة للمصاب او للحاضرين . ويجب ابعاد جميع الذين ليس لحضورهم فائدة لخدمة المريض او راحته
٨. في كل حادثة شديدة الضرر يُستَحْضَر الجراح والطبيب اول ما يمكن ويكون الرسول او الرسالة مما يُفهم منه الواقع بالتصريح . واما ما سيذكر من تدبير الآفات فليس المراد به الاستغناء عن الجراح اذا امكن حضوره بل تدبير الامر الى ذلك الحين

اجسام غريبة في الجسد

يراد بالاجسام الغريبة ما يدخل الجلد او بعض مسالك الجسد كالرصاص والحرق وقطع خشب او حديد او لباس او اشياء اخرى . وقد تنفصل قطعة من العظم وتموت فتصير جسماً غريباً

اجسام غريبة في الانف كبعض الحبوب وحصى صغيرة وازرار تدخله احياناً في الاولاد اما عمداً او بلا قصد . وكثيراً ما تُخْرَج بضغط المنخر الواحد بالاصابع ثم النفخ بشدة من المنخر الثاني المسدود . وقد يؤخذ سعوط لتهميج العطاس او يحتمل الانف بماء فاتر . او يعطى مقي من ماء فاتر وملح ومتى حدث الشيء يطبق الفم باليد فلا يجد السائل الصاعد من المعدة منفذاً الا من المنخرين فيطرد الجسم الغريب منها . وربما امكن استخراجه بالقبض عليه بجفت او بادخال قطعة شريط حديد منعكفة على هيئة سنارة وراءه وجذبه الى الخارج . واذا لم يمكن استخراجه فكثيراً ما يخرج من تلقاء نفسه بعد مدة

اجسام غريبة في الاذن . اذا لم يكن الجسم الغريب ما ينتفخ كالحبوب فيجب حقن الاذن بالماء الفاتر او يستخرج بجفت دقيق او يُعكف شريط رفيع على هيئة عروة ويدخل على الجدار العلوي من المسلك فاذا صارت العروة وراء الجسم يُجذَب بواسطة الى الخارج ولا بد من الحذر في كل ذلك لئلا تتهب الاذن او

يُدْفَعُ الجِسمُ الى الباطن او تُمَزَّقُ الطَبلة التي هي غشاءٌ ممتد عند قاع الصماخ . واما الهوام فتقتل او تستخرج بسكب قليل من الزيت في الاذن . وبعد خروج الجسم من الاذن تحن احياناً ويوضع في فتحها قطعة قطن بضعة ايام لتقيها من التهييج والالتهاب

اجسام غريبة في العين . تُزال هذه الاجسام احياناً بجذب الجفن العلوي عن المقلة ثم على الجفن السفلي ويُفَرَّكُ عليه مرةً او مرتين . او تُفْتَحُ العين وتُستخرج الجسم بطرف مندبل ناعم . واذا استقر تحت الجفن العلوي فيقلب باطن الجفن المذكور الى الظاهر بان يوضع عليه سنارة كلسات او قلم وضعا افقياً وتقبض الاهداب بالاصابع ويُقَلَّبُ الجفن على القلم فيظهر باطن الجفن ويستخرج الجسم بطرف مندبل . واذا سقط في العين كلس فيجب فتح العين في الحال واستخراجه بلطف ثم غسل العين بمقدار من الخل لمقدارين من الماء . واذا انغرت قطعة صغيرة من معدن في القرنية اي القسم المركزي من العين فالغالب انه يستخرج بسهولة بواسطة راس ابرة والا فحق ترك ذلك الى الخبير

اجسام غريبة في الحلق والبلعوم . يجلس المصاب امام النور او السراج بحيث يُنْظَرُ جيداً الى مؤخر الحلق ويمد الاصبع الى وراء اللسان والاسفل فان كان الجسم مما يمكن الوصول اليه يُعَكَّفُ الاصبع ويستخرج الجسم به وما يسهل هذا العمل ان يمد اللسان الى الامام ويقبض بمجرمة . وان كان المصاب ولداً وغص يعمل ما ذكر فان كان الجسم بعيداً لا يصل اليه الاصبع يلقي على بطنه على الركبتين ويلطم براحة اليد على الظهر وقد يجب اعطاء مقيء . وربما وجب استحضار الجراح لاستخراج الجسم اولدفعه الى المعدة . وقد تتبلغ ابرة اودبوس فان لم يمكن استخراجه يترك للطبيعة ويندر الضرر منه

الاجسام الغريبة في المعدة كانبواع العملة والككة وقطع زجاج واسنان اصطناعية تخرج من تلقاء نفسها مع الغائط . واذا دخلت علقه فيشرَبُ ملعقة كبيرة من الملح

الاعتيادي مع الماء فاما انها تموت او تستفرغ

اجسام غريبة في الجلد. ان كان الجسم شظية خشب او عظم او شوكة فتستخرج بالجنف وربما وجب قبل ذلك توسيع الجرح قليلاً براس المبضع. او تُترك يوماً او يومين وتوضع عليها اللبخ الحارة فاذا تخلخلت صار استخراجها سهلاً. وان كان ابرة فتستخرج غالباً بدفعها من راسها من الجلد واذا غارت ولم يُشعر بها من الظاهر فالأوفق تركها للطبيعة فانها تجول في الجسد الى اماكن بعيدة ولا يُعرف مقرها ويندر الضرر منها

اجسام غريبة تحت الاظفار. كالشوك والشظايا تستخرج بتقليم الظفر الى ان يظهر الجسم ويمكن قبضه بالجنف. فان لم يمكن ذلك توضع اللبخ الحارة يوماً او يومين ثم يستخرج

اذى الكليتين

يحدث من لكمة على الصلب او من سقطة على الفقاء. اعراضه الم شديد في محل الاذى وغثيان وعدم استطاعة الانتصاب واختلاط دم مع البول وتواتر التبول. وعلاجه الراحة في الفراش بضعة ايام الى ان تزول جميع الاعراض والأفربما حدثت علة مزمنة في الكليتين يطول او يستجبل شفاؤها. وتوضع النطول الحارة على المكان او العلق وتلين الامعاء ويخفف الطعام

انضغاط الدماغ

سبب انضغاط الدماغ انسكاب دم في باطن الجمجمة او انخفاض قطعة من عظامها تنحدر الى الدماغ واغشيته وكلاهما من ضربة او آفة اخرى. وربما تكون صديد بعد حدوث الآفة بايام فيكون هو سبب الانضغاط. اذا لم يستفي المألوف من الاعراض المذكورة في فصل اهتزاز الدماغ او اذا استفاق ثم استيقظ

في سبات لا يمكن تفيظه منه وكان التنفس عسراً ثقيلاً مصحوباً بنفخ عند كل زفرة وكانت احدى الحذقتين او كلتاها متسعة والنض بطيئاً متمثلاً وخرج دمٌ او ماءٌ من الاذنين او الانف فالآفة شديدة تحتاج الى عناية جراح ماهر وربما وجب نشر العظم نشرًا حلقياً واستخراج الجسم الضاغط . العلامات المميزة بين اهتزاز الدماغ وانضغاطه على ما يرى اسفله

علامات الانضغاط

علامات الاهتزاز

الغيبوبة تاتي غالباً تدريجياً
التنفس بطيء شخيريه غالباً مصحوب
بحركة نفثية من الشفتين والحدين
النض بطيء متمثلاً
الحذقتان منبسطتان غالباً
الجلد غير حاس
سطح الجسم حار رطب طبيعي
لا يمكن تفيظه
عدم وجود الغثيان والقيء

الغيبوبة حالاً عند حدوث الآفة
التنفس متقطع تنهدي غالباً لا شخيري
النض ضعيف متقطع سريع احياناً
الحذقتان منقبضتان غالباً
الجلد يحس بوكرا الدبوس او بقرفة
سطح الجسم بارد مصفر
يمكن تفيظ الماوف لاجابة السؤال
وجود الغثيان والقيء

اهتزاز الدماغ

يراد باهتزاز الدماغ توقف وظائفه بغتة من ضربة او آفة اخرى تصيب الراس . وهو على درجات من الشدة فالدرجة الخفيفة منه متى شعر العليل عند حدوث الآفة فجأة بضعف وانحناف عضلي في الاطراف ولا سيما في الطرفين السفليين بحيث انه لا يستطيع المشي الا اذا تمايل من الجانب الواحد الى الآخر كالسكران مع طنين في الاذنين وغشاوة البصر . وهذه الاعراض تزول سريعاً ولا تحتاج الى علاج اكثر من الاضجاع والراحة . والدرجة الثانية متى وقع الماوف الى الارض غائب الوعي لا يتحرك اصفر الوجه فتكون الاعراض حينئذ برودة

الجلد وضعف النبض ونقص العينين وانقباض الحذقتين. وإذا نبه وسئل بصوت عالٍ ففتح عينيه وأجاب بسرعة ثم عاد إلى الغيبوبة. وبعد نحو ساعة غالباً يتحرك ويبقى ويعود وعيه ولكنه يبقى مشوش العقل نعساناً بضع ساعات. والدرجة الثالثة الشديدة متى كانت غيبوبة الوعي تامة وكان سطح الجسد مصفراً بارداً والنبض ضعيفاً مقطوعاً والتنفس تنهدياً. وإن لم يمكن تقيظ المريض وهو في هذه الحالة وكانت الحذقتان لا يفعل فيهما النور والرجلان لا يتجدبان عند دغدغة الاخصيين فيكون الانذار بالشفاء ضعيفاً جداً

ويندر الموت من اهتزاز الدماغ غير أنه قد يؤدي إلى عواقب رديّة كضيق الخلق وقرب الغضب أو ضعف البصر والسمع والشم والنطق أو الضعف العصبي والعضلي وربما أحدث داء الصرع أو الجنون. ولذلك يجب الانتباه إلى تدبير المريض عند الحادثة ولا يجوز له العود إلى أعماله الاعتيادية إلا بعد الشفاء التام العلاج. يجمع المأوف على فراش في غرفة هادئة مظلمة وتحلّ البسة العنق والصدر والبطن ويرفع الرأس قليلاً ويوضع الماء البارد على الجبهة. وإن كان الحال ثقيلاً والجسد بارداً فيغطى وتوضع المسودات الملوّنة بالماء الحارّ ملفوفة بالمنشف أو الفلانلا عند القدمين والباطنين وتفرك اليدين والرجلان فركاً جيداً. ولا يعطى منبهات روحية بل يعطى الماء والمرق. وإذا طال عدم الوعي وإبطاء رد الفعل فيجتنب بدوهم حليب. ثم متى زالت الاعراض وجب راحة الجسد والعقل وتليين الامعاء واكل الطعام المغذي الخفيف. وربما اوجب الامر وضع الخردليات على قفاء العنق او الحراقات او العلق على الصدغين او وراء الاذنين

اهتزاز الحبل الشوكي

تحدث هذه الآفة من ضربات على العمود الشوكي او من ارتجاجه بسبب ما يطرأ من العوارض في مركبات الخيل او البخار. وعلاماته ألم عند محل الاذى

وانحطاط عام وضعف في الطرفين السفليين او عسر في المشي وخدر في الرجلين ونقص الحس فيهما ويضاف الى ذلك في الاحوال الشديدة عسر البول وانتفاخ البطن من اجتماع الريح فيه . ثم ان كانت الاعراض المذكورة خفيفة فتزول في اسبوعين او ثلاثة ويبرأ المريض تماماً وان كانت ثقيلة فرما بقي ضعف مستمر في الطرفين السفليين او فالج كامل مع عسر البول او حبسه وتطيره . علاجه الراحة التامة في الفراش ووضع العلق على محل الاذى واذا ازم من فللمطبيب ان يعالجه

الجروح

يختلف الجرح عن الرض بوجود قطع في الجلد وهو المعروف عند اطباء بتمزق الاتصال . وتديره أولاً بقطع النزف ثم تنظيف الجرح مما يكون قد دخله من التراب وغيره . اما قطع النزف فيتم غالباً برفع القسم المجروح ووضع الماء البارد عليه وضغطه بالسفجة ولكن ان كان جرح شريان وكان النزف شاقاً فنستعمل الوسائط المذكورة في الكلام على النزف . ويُنظف الجرح بسكب الماء البارد عليه او بالاسفجة ثم نُضمّ شفتاه وتُثبتان بقطع من الشمع ان كان الجرح صغيراً او تخاطان بالابرة ان كان كبيراً . وتوضع عليه بعد اليوم الثالث خرق مبلولة بالحامض الكربوليك والماء (درهم ٢ من الحامض لمئة درهم ماء) وتُغيّر مراراً في اليوم

الجروح الحادثة من عض الكلب والقط

قد تكون هذه الجرح سطحية وقد تكون غائرة واصلة الى الاعضاء الباطنة . وهي بطيئة الشفاء غالباً ويصح بها التهاب وافراز صديدي وكيفية تدبيرها ان يُغسل الجرح اولاً بماء فاتر ثم توضع لزقة بزركتان وتُغيّر يوماً او يومين . ومتى صار الجرح نظيفاً وانقطع الافراز يعالج بوضعيات الماء البارد او المزوج بالحامض الكربوليك

المجروح الحادثة من لسع الحيات

قال الدكتور موران في بلاد الهند نوعين من الحيات السامة وإما ما بقي منها فغير سام وإن السامة منها تتميز بان لها سنيّ في الفك العلوي يُسكّب السم بواسطة الجرح محدّين يشاهد على الوجه الحدّب منها ميزاب غائر موضوعين في نقطة متوسطة بين العين والمنخر. طولها ضعف طول بقية الاسنان الموضوعة في الحنك لافي قوس الفك. وبناءً على ذلك قال ان للسعة الحية السامة وسمين على هذه الصورة: فان كانت الاوسام اكثر مثل هذه الصورة:: فتكون الحية غير سامة وان الجرح حدث من اسنان غير النابين السامّين المذكورين. والاقرب ان هذا القول يصدق على حيات هذه البلاد ايضاً

اعراض لسعة الحية الم في الجرح الذي يكون مجلسه غالباً الاصابع والابدي او الارجل. والالم المذكور يكون خفيفاً اولاً ثم يشتدّ ويمتدّ بسرعة نحو الجسد ويحدث اغماء وغثيان وفي غالباً ويعسر التنفس ويسرع النبض ويتقطع وكثيراً ما يعتب ذلك عرق بارد وتشنجات وسبات ينتهي الى الموت. ولا يبقى الملسوع حياً الاّ بضع ساعات احياناً على انه يعيش غالباً بضعة ايام. وكثيراً ما يعين الخوف على السم. وقد ياتي السبات بعد اللسعة في الحال ويموت الملسوع بدون ان يستفيق منه العلاج. ليس لعلاج سم الحية دواء قاطع بالشفاء وانما كثيراً ما يشفي الملسوع بواسطة التدبير الطبي والجراحي. وهو اولاً ان يحاط العضو برباط او خيط قنب اعلى الجرح ببضعة قراريط. ويكون الربط شديداً بحيث يصير لون الجلد اسفله احمر اولاً ثم قانماً. ثم يُصّ الجرح مصاً جيداً او يُشرط الجرح وما حوله و يُعطس في ماء حارّ ليخرج الدم منه. ومتى انقطع الدم نُحى شيش حديد مستدق الطرف بالنار الى ان يصير احمر ويغرّز بلا خوف في الجرح ثم يُحلّ الرباط. ويعطى من الباطن فنجان من العرق مع ماء او اربعة فناجين من الخمر ويعاد كل ربع ساعة

الى ان يحصل رد الفعل . وتوضع الخردليات على المعدة والقلب ولزق بزر الكنان الحارة على الجرح ويلزم الملسوع بالمشي حتى لا ينাম . واذا امكن الوصول الى روح النشادر فيعطى نحو ثلاثين نقطة مع فجان ماء كل ربع ساعة عوض الخمر والعرق لانه افضل منها

المجروح الحماثة من لسع العقرب والنحل والزنبور

القسم الملسوع يرم ويحرق وينال ويمتد الى الابط او اصل الفخذ ان كان اللسع في الاطراف . وعلاج لسعة العقرب ليخ مكونة من مسحوق الافيون ومسحوق عرق الذهب . فان لم يمكن الوصول اليهما فتوضع خرق مبلولة بالخل او ماء ملح وان كان الالم شديداً فيوضع العلق على القسم المتألم . واما لسعة الزنبور او النحلة فعلاجها باستخراج الشوكة التي يتركها الحيوان اللاسع في الجرح وكيفية ذلك ان يُضغَط انبوب مفتاح صغير على القسم الملسوع بحيث تخرج الشوكة او ماء حامل بعض السم معه . واذا كان هناك عدسة مكبرة فتطامب الشوكة بواسطةها وتستخرج بجفت صغير . ومع ذلك توضع الخرق المبلولة بماء النشادر او الخل او ماء كولون

حبس البول

يقال له عند الاطباء اسر البول ويراد به اجتماع هذا الافراز في المثانة بدون طاقة اخراجه منها . ونقسم اسبابه الى سدة تمنع خروج البول والى شلل في المثانة نفسها يمنعها من اخراجه . اما السدة فتنشأ من تضيق المجرى (صفحة ١٥٤) او من تضخم البروستاتا (صفحة ١٥٢) او من حصاة صغيرة في المجرى . وكثيراً ما يحدث من سقطة التهاب وورم في جهة المجرى . وعلاجها بحسب سببها ومتى حدثت من آفة فتوضع النطول الحارة على العجان اي بين الصفن والاسم او العلق والنج الحارة ويعطى العايل جرعة من هدرات الكلورال . وان لم يكف ذلك فيدخل

التطاير لاجل استخراج البول

وان كان سبب حبس البول شلل المثانة من آفة للعمود الشوكي فيجتمع في المثانة الى ان تبلغ الغاية من التمدد ثم يخرج تطايراً ويكون غليظاً ممتناً . وعلاجهُ اخراج البول بالتطاير مرتين او ثلاث مرات في اليوم مع علاج العلة الاصلية

الحرق

يحدث الحرق اما من النار او السوائل الغالية ويتميز له ثلاث درجات من الشدة فالاولى متى حدث احمرار السطح فقط والثانية متى ظهرت حراقات عليه والثالثة متى انتهكت الاجزاء المأوفة . متى كان الحرق خفيفاً يعالج بوضع خرق مبلولة بزيت او يُغَطَّى القسم بقطن مندوف ويربط برباط خفيف . اهم الحروق التي تحدث في البيوت هي ما كانت من اشتعال الثياب فيجب عند ذلك ان الذي اشتعلت ثيابه لا يركض لان ذلك يزيد لها التهاباً بل ينام على الارض ويتدحرج او يُلَفَّ بما يتيسر من سجادة او حرام او لحاف ويدحرج الى ان ينطفئ اللهب والنار واذا تيسر وجود الماء فيُصَبُّ عليه بلا تردد . ثم يُضَمَّ الحروق على فراش ويُسَقَى قهوة حارة او خمر وماء او عرق ما يتفق وجوده وتوضع قناني مملوءة ماءً حاراً بقرب الجسد لاجل مقاومة الصدمة التي تحدث من الحروق الشديدة والتي علاماتها الفشعريرة واصفرار الوجه والانعواء . وبعد ذلك تقطع الثياب بالمقص عن الاجزاء المأوفة وان كان الجلد قد التصق ببعض الثياب فتترك تلك القطع ولا يسْلَخُ الجلد معها . ولذلك تنزع الكلسات بحذر عظيم لئلا تنزع معها بشرة الجلد وما يسهل ذلك بلها اولاً بالزيت . واذا كان مجلس الحرق البدن او الرجلان فتمغطس في ماء بارد ثم ترفع بعد بضع دقائق وتنشَفَ تنشيفاً خفيفاً بمنشفة وترطَّبَ بماء وعرق وبعد ذلك تقطع الكلسات بالمقص باتتباع وحذر . واذا كان هناك حراقات فتتَجَرَّ براس المقص ولا تُنْكَشَطُ البشرة بل تُبْقَى لوقاية الجلد . واما الوضعيات فافضلها

مرهم الكلكس المركب من مقدار متساوية من زيت بزر الكتان وماء الكلكس ومتى
ازمنت قروح الحرق تعالج برهم أكسيد الزنك

الحروق المتسعة المساحة البالغة الى الاجزاء تحت الجلد شديدة الخطر ومتى
كانت على الصدر والبطن فهي اشدّ خطراً مما اذا كانت على الاطراف .
والشعر يبر المنردة وعدم الشعور بالالم والخمول واختلاج الاطراف منذرة بالموت .
وما يصاحب الحروق الردية التهاب الشعب والرئتين والاسهال الناشئ من
قروح الامعاء . واذا شفيت الحروق كثيراً ما ينكش الجلد بعدها ولا سيما عند
العنق والمفاصل فيجب الالتفات الى ذلك في وضع الرفائد وهو ما لا يعرفه كما
ينبغي الا الجراح الخبير . وفي حرق الاصابع يجب فصلها بعضها عن بعض ويرقد
كل منها على حدة لئلا تلتصق

واما حرق الحلق والبلعوم والحنجرة من شرب السوائل الحارة او الكاوية
فيصاحبها الم وعسر التنفس . وتعالج بوضع العلق من الخارج والتلج ومسه وملعقة
صغيرة من زيت الزيتون كل ثلاث ساعات . وربما احتجج الى فتح القصبة بعزل
جراحي

خَلْعُ الْعِظَامِ

يراد بالخلع متى خرج راس عظم من الحفرة التي يتحرك فيها . اعراضه ١ .
الالم . ٢ تغيير المفصل عن الشكل الطبيعي كبروز في قسم وانخفاض في قسم آخر
مع قصر العضو المخلوع غالباً واستطالته في بعض انواع الخلع . ٣ فقد حركة
المفصل الطبيعية . ويتميز الخلع عن الكسر اولاً بعدم وجود الخشخشة او الفرقة عند
تحريك الاجزاء المأوفة ثانياً يُحْرَكُ العظم المكسور الى مجال اوسع مما يمكن تحريكه في
الحال الطبيعي خلافاً للخلع . ثالثاً اذا جُذِبَ العظم المكسور الى مكانه الطبيعي لم
يَبْقَ هناك مدة الجذب واما العظم المخلوع فاذا اعيد الى مكانه استمر فيه . رابعاً

يقاس طول العظم فان شوهده انه قصر بالنسبة الى العظم السليم الذي يقابله كانت الآفة كسراً ولا فيكون خللاً

العلاج . يعالج العظم المخلوع برده الى مكانه وهو من اعمال الجراح . ويجب الرد عند اول ما يمكن لئلا تنفصل العضلات وتثبت العظم في وضعه المخلوع

الرض

يراد بالرض ما يحدث من ضربة او وقعة بدون ان يتمزق الجلد وهو اما ان يكون خفيفاً او ثقيلاً . فان كان خفيفاً فلا يقع ضرراً الا في سطح الجلد حيث تنفجر او عيته الدموية وينتشر الدم في جوهه ويتغير اللون فيكون اولاً اسود مائلاً الى الزرقة ثم يصير بنفسجياً ثم اخضر ثم اصفر ثم يزول بالكلية بعد عشرة او خمسة عشر يوماً . وان كان ثقيلاً فتنفجر الاوعية الدموية وينتشر الدم في العضل وغيره من الانسجة الواقعة تحت الجلد وربما سلم الجلد واصابت الآفة الاجزاء الغائرة فلا يتغير لون الجلد قبل اربع وعشرين ساعة او اكثر . علاج الرض الخفيف وضع الماء البارد على محل الاذى او طليه بصبغة الارنيكا . وعلاج الثقيل رفع القسم المروض ان امكن على وسادة وتنطيه بالماء الحار والفلانلا واذا ظهر على سطح الجلد حراقات فتفتح بدبوس في قسمها المنحدر ليخرج الماء منها وتبقى البشرة المرتفعة لتقي الجلد . ثم بعد يومين يبطل النطول بالماء الحار ويبدل بالوضعيات الباردة كفتحان خل لاربعة فناجين ماء ويجوز التعويل على هذه الوضعيات من اول الامر اذا كانت الآفة غير شديدة . وربما كانت كمية الدم المنفجرة تحت الجلد كبيرة فتؤدي الى تكوين الخراج فتعالج باللخ الحارة او البضع حسب مقتضى الحال . اذا كان الرض على الراس فكثيراً ما يجتمع الدم على هيئة ورم تحت الجلد اكثره يزول مع الوقت بواسطة الوضعيات الباردة

السموم (علاماتها وعلاجها)

التسمم بالافيون . علاماته تبدأ بعد نحو عشرين دقيقة بدوار في الراس وخمول وسبات تام . ويعقب ذلك بطوئ التنفس وضعف النبض وكودة الوجه وانتباض الحدقتين الى انهما قد تبلغان راس الدبوس . وعلاجه مقي في الحال مما يتيسر في البيت او من الصيدلي واقربها ملعقة كبيرة من مسحوق الخردل او من الملح الاعنيادي مع قدح ماء ثم دغدغة الحلق بريشة دجاج او بالاصبع الى ان يحدث القيء . وعند ذلك يعطى اقذاحا من الماء الفاتر الى ان تخلو المعدة مما فيها بواسطة القيء . وتوضع الخردليات على جهة القلب وقفاة العنق والساقين ويسقى العليل فنجان قهوة ثقيلة ما امكن كل ربع ساعة ويمنع من النوم بلطم وجهه بالماء البارد ويجرّه في البيت

التسمم بالزرنيخ وهو المعروف عند العامة بطعم الفار . علاماته تبدأ بعد المناولة بنصف ساعة او بساعة وهي الاغماء والغثيان وفي مواد سمراء مخططة بالدم والم محرق في فم المعدة تمتد بالتدرج الى جميع الامعاء واسهال وصداع وعطش شديد وضعف النبض وقلق عام ويموت المسموم غالباً قبل مرور اربع وعشرين ساعة . علاجه استفراغ المعدة في الحال بالمقيئات كملعقة خردل كبيرة او ملح اعنيادي مع قدح ماء فاتر ودغدغة الحلق بالاصبع او بريشة دجاج . ويعقب ذلك بكميات كبيرة من الحليب او ببياض خمس بيضات مخفوق بماء او كميات كبيرة من المغنيسيا . واذا زالت الاعراض الاولى الخطرة فيبقى بعدها غالباً ضعف عام والتهاب المعدة والامعاء تعالج بحسب مقتضى الحال وربما افادها شيء من زيت الخروع

التسمم بالسليمانيا (وهو ثاني كلوريد الزئبق) . اعراضه وعلاجه كاعراض

وعلاج التسمم بالزرنيخ

التسمم بالانتيمون (غالباً هو الطرطر المقي^١). اعراضه كاعراض التسمم بالزرنيخ وعلاجهُ بكميات كبيرة من منقوع الشاي القوي

التسمم بالاستركنين. اعراضه عسر التنفس وتشنجات عضلية قوية متقطعة بينها فترات. واذا كانت كمية السم كبيرة مات المسموم غالباً في ساعات قليلة. يتميز التسمم بالاستركنين عن مرض التنفوس بعلامات ذُكرت في بابهِ (انظر صفحة ١٥٦). علاجهُ المقيئات في الحال ثم نصف درهم كلوروفورم (اي نصف ملعقة صغيرة) يرش على محرمة مطوية وتمسك على بعد قيراطين من انف المسموم وفيه ويعاد ذلك كل عشر دقائق. او يعطى عشرين فحمة من هدرات الكلورال كل ساعتين. واذا امكنه البلع يعطى كميات كبيرة من مسحوق القمح مع الماء

التسمم بالحوامض القوية كالحامض الكبريتيك (هو روح الزاج) والحامض النتريك (ماء الفضة) والحامض الميوريانيك او الهيدروكلوريك. اعراضه ألم محرق هائل يمتد من الفم الى المعدة مع اهتراء الشفتين والفم والحنق وعطش شديد واسهال دموي. علاجهُ ٨ دراهم من المغنيسيا المبكسة توضع في ١٥٠ درهماً ماءً ويُعطى منها فنجان كل دقيقتين او ثلاث دقائق

التسمم بالنحاس يحدث من اكل جبن او طعام آخر مستنصر في اوعية من نحاس اصابها الصدأ^٢ (انظر صفحة ٩٠). اعراضه غثيان وفي^٣ واسهال ومغص. وعلاجهُ كميات كبيرة من الحليب وبياض البيض يُعتب بمنقوع الشاي القوي

الشنق

اذا عُلّق انسان بحبل حول عنقه وكان سقوط الجسد كبيراً مات في الحال من خلع عظام العنق وضغطها على الحبل الشوكي. وان لم يكن السقوط كافياً لحدوث الخلع المذكور فرما تسبّب عن ضغط الحبل اوعية العنق الدموية توقيف سير الدم وانفجار وعاء في الدماغ فيموت الانسان كما يموت من السكتة (انظر

(صفحة ٢٢٢) ويكون الموت غالباً في الحال . وقد يموت المشنوق من ضغط الحبل القصبة فينقطع التنفس ويكون الموت عند ذلك من باب الخنق ولذلك اذا قطع الحبل سريعاً فرمى عادت الحياة بواسطة التنفس الاصطناعي على الكيفية الآتية . وهي ان يُسدَّ أحد المنخرين ويوضع في الآخر قصبة او انبوب ويُنفخ بلطف نحو نصف دقيقة او يوضع انبوب متفاح في المنخر اذا تيسر وجوده ويُنفخ به بلطف كما سبق ثم يُضغَط البطن لخراج الهواء من الرئتين . ويعاد العمل نحو ثلاث مرات في الدقيقة . ويلطم الوجه بالماء البارد وان كان الوجه شديد الحمرة فيُفصد ويريد العنق المعروف بالوداجي

الصَّاعِقَةُ

اذا اصاب الصاعقة احداً سقط غالباً مغشياً عليه فاقد الوعي اما من عمل البرق او من الخوف . فان كان من الخوف فهو سريع الزوال وان كان من البرق فيصيبه فالحج وعلى الخصوص في الطرفين السفليين ربما دام شهوراً . وقد تحدث الصاعقة حروقاً واساماً على الجلد وخلاً في بعض الحواس كالبصر والشم والنطق والسمع والذوق قد تدوم وقد تزول . والغالب ان الذين لا يُتَمَلَّون في الحال يشفون . علاجها كعلاج الصدمة والتهور (انظر الصدمة)

الصدع وهو الوثي

يراد بالصدع عند العامة تمدد عنيف يحدث في الاوتار او الاربطة او العضلات . وهو يصيب غالباً المفاصل وخصها مفاصل الرسغ والركبة . واعراضه الم شديد عند حدوث الآفة يعقبه ورم وتغيير لون الجلد ثم ضعف ويبوسة . ويتميز الصدع عن الخلع بالضغط على الورم فان كان صلباً فهو خلع وان كان ليناً فهو صدع ويتميز عن الكسر بعدم وجود الخشخشة الخاصة التي تصاحب الكسر (انظر

كسر العظام). وعلاجه الراحة التامة وإن كان المفصل المصدوع هو رسغ اليد فيسند دائماً على منديل معلق بالعنق وإن كان رسغ القدم أو الركبة فيلازم الفراش ويُسند الساق على وسادة. وتستعمل الوضعيات الحارة أو الباردة بحسب اشتفاء العليل. وإن حدث التهاب شديد وحشي فيوضع العلق وتعطى المساهل. ولا يعاد الى الرياضة الاعتيادية الا تدريجاً ولا سيما للولاد الذين ربما ادّى الصدمع فيهم الى مرض عضال في المفصل

الصدمة والتهور

هو كثيراً ما يحدث من مصاحبات الآفات الشديدة كجروح الرصاص والطلقات على المعدة وأعضاء التناسل والحروق الشديدة والنزف الدموي والخوف والبرد والتسميم ببعض انواع السموم. واعراضه برودة الجسد وعرق بارد ولا سيما على الجبهة وانحطاط شديد وضعف النبض وغيوبة بعض الوعي وتنفس تنهدي ربما صار خفياً يكاد لا يُشعر به. فهي حالة اشبه بالانغماء المستطيل وربما كان معها غثيان وقيء وفواق. وإن حدثت الآفة للعمود الشوكي أو المعدة أو الصدر أو أعضاء التناسل كانت الصدمة قوية. وإن حدثت للدماغ كانت غيبوبة الوعي نائمة. وكثيراً ما يكون القيء سابقاً لرد الفعل وهو متى اشتد عمل النبض والتنفس وعادت الحرارة لسطح الجسد واخذ المريض يتحرك ويميل الى الاضطجاع على احد جانبيه. وربما ظهرت بعد بضع ساعات حشي يصحبها احمرار الوجه وحرارة الجلد وسرعة النبض وتزول هذه الاعراض في الاحوال التي نتقدم الى الشفاء وتنتهي الى القلق والهذيان والعرق البارد والفواق في الذين يموتون. مدة التهور تختلف من بضع ساعات الى يومين

العلاج. يُضجّع العليل في الفراش وإن كانت الصدمة من سبب غير الترف الدموي يُغطى جيداً وتوضع قناني مملوءة ماءً حاراً او قرميد حاراً ملفوف بالفلانلا

عند القدمين وتحت الأبطين مع الانتباه لئلا يؤذي العليل من شدة الحرارة .
ويُسقى شيئاً من المشروبات الروحية كالخمر والعرق مزوجاً بماءٍ سخن نحو ملعنة
صغيرة من العرق وكبيرة من الخمر كل نصف ساعة . ولكن اذا كان النهور ناشئاً
من نزفٍ فلا يجوز وضع الأشياء الحارة إلا الى الرجلين فقط . وفي كل حال
لا يجوز اجلاس العليل قبل وقوع رد الفعل اي رجوع الحرارة واشتداد النبض .
ومتى حدث ردُّ الفعل فان كانت الحى شديدة فتعالج بالمسائل الخفيفة وان كان
ضعيفاً فيُقوَّى العليل بالامراق المغذية وان كان هناك تهيج عصبي فيُعطى المخدرات
التي افضلها هدرات الكلورال نحو ١٠ قمحات مع فنجان ماء كل نصف ساعة الى
ان يهجع المريض

الغَرَق

سبب الموت من الغرق والخنق وتنفس الهواء الناقص الأكسجين واحد وهو
انقطاع وصول الأكسجين الى الرئتين وعدم تطهير الدم (انظر صفحة ٢١) . وفي
علاج جميع هذه الانواع يُعوَّل على التنفس الاصطناعي وهو ينجح اذا بوشر بعد
حدوث الآفة بزم من قريب ودام عمله زمناً كافياً . وكيفية ذلك اولاً يُخرج الماء الذي
في الفم ويُنظف مع الانف ويُفتح الفم ويجذب اللسان الى الامام والخارج ويمسك
بمبدل وتُزَع كل الالبسة الضيقة حول العنق والصدر . ثانياً يُضجَع العليل على
ظهره ويرفع الراس والكتفان قليلاً ويسندان على وسادة واطئة . ثالثاً تُمثل حركات
التنفس الطبيعية بان يقبض الذراعان اعلى المرفقين بقليل ويجذبان بلطف نحو
الاعلى الى ان يلتقيا فوق الراس وفائدة هذه الحركة ادخال الهواء الى الرئتين ثم
يُردَّان الى جانبي الصدر ويُضغَط بهما عليه لاجل اخراج الهواء من الرئتين .
وبعد هذا العمل على التماقب نحو خمس عشرة مرة في الدقيقة وبواظب مدة
طويلة الى ان يشرع العليل في التنفس من تلقاء نفسه . وتعمان الوسائط المذكورة

بضغط القص اي العظم المتوسط في الصدر ودغدة الانف بالسعوطا وبغاز الشادر
ودغدة الحاق بريشة دجاج وفرك الصدر والوجه ورشها بالماء البارد والحار
على التعاقب

ومتى اخذ العليل يتنفس يلف بمجرامات ناشفة وتترك الاطراف نحو الاعلى
فركا شديدا تحت الغطاء . وتوضع الوضعيات الحارة كالفلانلا الحارة والقناني
المملوءة ماء حاراً على المعدة وتحت الابطين وبين الفخذين وعند القدمين . ومتى
عادت الحياة واستطاعة البلع يسقى كميات صغيرة من الماء الحار او الخمر او العرق
او التهوية ما يتيسر وجوده . ويوضع في فراش واذا اراد النوم فليتم . وعند حدوث
رد الفعل اذا عسر التنفس فتوضع الحردليات على الصدر والظهر
العلامات التي تدل على الموت غالباً هي انقطاع التنفس وعمل القلب والجفنان
منطبقتان انطباقاً غير كامل والمحدثان ممددتان والفكان منطبقتان

الفتق

الفتق عبارة عن خروج قسم صغير من الامعاء من جدار البطن يظهر على
هيئة ورم صغير عند اصل الفخذ اذا ترك لنفسه انخدر مع طول المدة في الذكور الى
الصفن اي الكيس الذي يتضمن الخصيتين . وقد تنشأ هذه العلة تدريجياً من ارتخاء
طبيعي في الاجزاء المذكورة على انها تظهر غالباً فجأة من اجهاد غير اعتيادي
كالركض والوثب والمصارعة ورفع الاحمال الثقيلة والزحير عند النغوط . وعلاماته
الميزة ان الورم المذكور يرد الى البطن بواسطة الضغط عليه بالاصبع وينزل
بحسب الظاهر ثم اذا سعل العليل وكان الاصبع على الخلل شعر بان دفاع وربما
خرج المعى حينئذ . وهو يصيب الاطفال والكهول والشيوخ وربما كان فيه شيء
من الاستعداد الارثي . علاجه رباط خاص له زنبرك يستخضر من الصيدي
وفائده ان له وسادة صغيرة اذا كانت محكمة الوضع على محل الفتق منعت خروج

المعى ولذلك يجب لبسة قبل النهوض من الفراش صباحاً ولا يتزعزع الأ عند النوم . وقد استنبطوا في هذه الايام الحديثة عملاً جراحياً لتضييق الفتحة التي يخرج منها المعى بعقبها غالباً البرء التام بحيث يتخلص العليل من ثقله الرباط مدة الحياة

واما اختناق الفتق فحالة شديدة الخطر تحدث احياناً للصابين بهذه العلة وهي انه تلمب وترم الاجزاء المتعلقة بالفتق بحيث انه يتعسر او يستحيل رده فتحصل سدة في المجرى المعوي . واعراضه حينئذ قراقر ومغص وشدة في البطن واحساس الغائط فلا يخرج منه الا ما كان اسفل الفتق المختنق . ويعقب هذه الاعراض قي ما في المعدة اولاً ثم مادة صفراوية ثم مواد رائحتها كرائحة الغائط وكثيراً ما تشبهه . واما الورم الفتقي فيمتدح وبصير مؤلماً ويمتد ذلك الى جميع البطن ويسرع النبض ويصغر ويتوتر ويدوم التي يظهر الفواق ويكد لون الورم واذا لم يُفرج العليل مات بعد مدة قصيرة . علاج الفتق المختنق يقوم برد القسم المنتشق من المعى الى التجويف البطني . وكيفية العمل ان تُفرغ المثانة من البول ويُصمغ العليل بحيث يكون كتفاه مرفوعين قليلاً وفخذه متنيين نحو البطن ومتفارين فترتحي حينئذ جميع العضلات . ثم يُقبض الورم بالاصابع اذا كان صغيراً وبراحة اليدين اذا كان كبيراً ويُضغط ضغطاً خفيفاً باطف بحيث يُطرد ما في المعى من الريح وغيره الى تجويف البطن . ثم يجذب الورم من عنقه نحو الامام برفق ويضغط ضغطاً خفيفاً ويدام ذلك نحو ربع ساعة ان لم يكن هناك ألم او فواق والا فاقل من هذه المدة . ويجب الحذر من استعمال العنف في العمل المذكور وكذلك لا تجوز المساهل والحنن . فان لم ينجح بوضع العليل في حمام حار او يُنجم بالكور وفورم ويعاد العمل وهو مبنج او يُعطى نصف درهم هدرات الكلورال وبعد نصف ساعة يعاد العمل . فاذا نجح زال الورم مع قرقرة فجائية وزال معه الالم والتي . وان لم ينجح وكانت الاعراض ثقيلة فلم يبق امل للشفاء الا بعمل جراحي مخطر

ومن انواع الفتق ما يحدث غالباً للاولاد عند السرة ويقال له الفتق السري .

كسر العظام

وليس له علاج إلا رباط خاص يُعمل أو يُستحضَر

كسر العظام

يُعرف كسر العظم بعدم استطاعة المأوف أن يحرك العضو الذي حدثت فيه الآفة ويتغير شكله المستقيم إلى شكل متعرج وبوجود الألم وبصوت خشخشة عند حك طرفي العظم المكسور بعضها ببعض . وأما العلامات المميزة له عن الخلع فقد ذكرت (انظر خلع العظام) . ويُقسم كسر العظام إلى بسيط وهو إذا لم يكن معه جرح مستطرق إلى العظم المكسور ومركب وهو متى كان معه الجرح المذكور والثاني أشد خطراً وأصعب تدبيراً من الأول

تدبير جميع أنواع الكسور يعود إلى شيء واحد وهو وضع قطعتي العظم المكسور وتسنيدهما على الشكل الطبيعي مع الراحة التامة إلى أن يكون قد جبر العظم والغالب أن ذلك يتم بعد شهر أو ستة أسابيع . غير أن قبل التدبير المذكور يجب النظر إلى تدبير المأوف في الحال عند حدوث الآفة وكيفية نقله من مكان الآفة إلى منزله لأنه كثيراً ما يحصل ضرر عند ذلك لعدم الالتفات إلى وقاية العضو المكسور ولا سيما إذا كان الكسر في الطرف السفلي . فالأمر الأول الذي يجب عمله قبل نقل المأوف هو كشف القسم المصاب بقطع الثياب والحذاء لا يخلعها وتسلجوها ثم الوقوف على حقيقة الضرر الذي حدث . ومتى عُرف ذلك يُنقل المريض إلى منزله بدون ازعاج العضو المكسور . فإن كان الساق أو الفخذ هو المكسور فيوضع المريض على ما يتيسر من باب أو شباك أو سلم عليه فراش يحمل بالأيدي إذا أمكن أو على العواتق ويسار به بلطف وهو أنسب غالباً من حمله في مركبة . ومن الموافق أيضاً تقريب العضو السليم إلى المكسور وربطهما بخارم لمنع الحركة أو سند العضو المكسور برسائد أو ثياب مما يتفق وجوده . وإن كان مجلس الكسر قسماً من أقسام الذراع فتسند على منديل معلق بالعنق والغالب أن المأوف يرتاح في المشي أكثر

من الركوب

وأما تجبير العظام المكسورة فمن متعلقات الجراح الدارس لا المجرب الجليل الذي كثيراً ما يأتي بالسوء عوض الخير. ولا بأس من ترك العضو المكسور يوماً أو يومين بلا تجبير بل إذا كان هناك ورم ورض فمن الواجب تركه ثلاثة أو أربعة أيام الى ان تكون قد زالت هذه الاعراض بالراحة والوضعيات الباردة

النزف الدموي

يتميز النزف الدموي الخارج من شريان بلونه الاحمر الزاهي وبائه يخرج على هيئة وثبات والخارج من وريد بلونه القاتم وبائه يخرج على هيئة سيل متصل غير وثبي وإذا كان النزف من شريان كبير فهو مخطر ولا ينقطع بدون عمل جراحي. وأما إذا كان من شريان صغير فيندر الخطر منه وفي الغالب ينقطع عند الضغط على محل الجرح أو إذا أغشي على الجروح. وكذلك النزف من الاوردة فهو غالباً سليم وينقطع بدون عمل جراحي

وسائط توقيف النزف. إذا كان النزف من شريان وكان شديداً تبل اسفنجية بماء وتُغصّر جيداً ثم تحشى في الجرح ويضغط عليها بالاصابع او جميع اليد ويدام ذلك الى ان يحضر الجراح ويربط الشريان او يبتله وان كان خفيفاً فينقطع غالباً بوضع الماء البارد او بالضغط بالاصبع او الاسفنجية ولا سيما اذا كان الجرح فوق عظم كما اذا كان في الراس او الوجه. ويجب ان يرفع القسم المجروح اعلى مساحة القلب ما يمكن

النزف من الانف وهو الرعاف

قد يكون ذلك من آفة كلطمة او من علة اخرى. فان كان من لطمة فالغالب انه ينقطع بعد بضع دقائق ووضع الماء البارد على الوجه. وان دام يستنشق مسحوق

الشب الابيض . واذا كان مستعصباً فيجلّس المريض وترفع يداؤه وتسندان فوق راسه ويوضع الثلج او الماء البارد على الجبهة ويسد المنخران بالاصابع نصف ساعة . فاذا بقي النزف بعد استعمال هذه الوسائط فيدعى الجراح لسد الانف بطريقة جراحية . وان كان النزف يتردد من علة مزاجية كالامتلاء الدموي فربما افاد غيرائه يُخَفَّف باستعمال المساهل والراحة والماء البارد . وان كانت العلة ضعف البنية فتقوَّى بالكينا والاستحضارات الحديدية والوسائط الاخر التي سبق ذكرها في الكلام على ضعف الدم

النزف من العلق

قد يوجب لسع العلق احياناً نزفاً مستطيلاً ربما ادى الى الضرر ولا سيما في الاطفال والضعفاء . وكيفية قطعه وضع الماء البارد او الضغط بالاصبع ساعة او حشي جرح العلة بمسحوق الشب الابيض والضغط عليه برهة

النزف من سنخ الاسنان

قد يكون هذا النزف شديداً بعد قلع السن . وكيفية قطعه ان يُحشَى السنخ بسداة نسل ويُطبق الفم ويربط الفك السفلي برفادة تحت الذقن الى اعلى الراس فاذا حدث الضغط المذكور انقطع النزف . ويجوز رد السن المقطوع ليكون بمنزلة سداة وترفد الذقن كما سبق آنفاً

النزف الباطن

يحدث من آفة خارجة او من مرض في الاوعية الدموية الباطنة . فان كان في الرئتين خرج مع السعال وان كان في المعدة خرج مع القيء وان كان في الامعاء خرج مع البراز وان كان في المثانة خرج مع البول . ويصحبها جميعها انحطاط عظيم

واغماء وعرق بارد وضعف وفتطع في النبض. وقد يكون في تجاويف ليس لها مخرج
كالنحويف الجمحي فاذا حدث فيه صار التنفس مكلفاً شخيراً (انظر السكتة).
ولكل نوع من التزف الباطني علاج خاص للطبيب ان يشور به



فهرس الامراض والآفات

—XOX—

صفحة		صفحة	
١٥٢	بصق الدم	٢٦٦	اجسام غريبة في الجسد
١٥٣	البنية المخزيرية	١٤٢	الاذن (امراضها)
١٥٣	البواسير	٢٦٨	أذى الكليتين
١٥٥	البول الدموي	١٤٤	الآرق
١٥٥	تبويل الاولاد في الفراش	١٤٥	الاست (تشققه)
١٥٦	التنوس	١٤٥	الاستسقاء
١٥٦	التسنين	١٤٦	الاستربوط
١٥٧	التشنج	١٤٧	الاسنان (وجعها)
١٥٨	تشنجات الاطفال العصبية	١٤٧	الاسهال
١٥٩	تلبك المعدة	١٤٨	اسهال الاطفال
١٦٠	الثآليل	١٤٩	الاغماء
١٦١	الثدي (امراضه)	١٤٩	الالتهاب
١٦٣	الجدري	١٥٠	الامعاء (امراضها)
١٦٦	الجذام	٢٦٨	انضغاط الدماغ
٢٧١	الجروح	٢٦٩	اهتزاز الدماغ
٢٧٢	جروح الكلب والقط	٢٧٠	اهتزاز الحبل الشوكي
٢٧٢	جروح الحيات	١٥١	البثرة الخبيثة
٢٧٣	جروح العقرب والنحل والزنبور	١٥١	البروستاتا (امراضها)
١٦٧	الجلد (امراضه)		

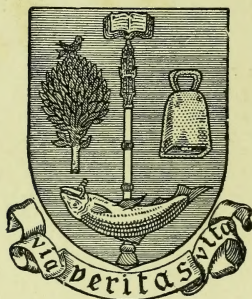
فهرس

صفحة		صفحة	
٢٠١	الدمامل	١٧٣	الحجرة
٢٠١	دوار البحر	٢٧٢	حبس البول
٢٠٢	الدوالي	٢٧٤	الحرق
٢٠٢	الدوسنطاريا	١٧٣	حموضة المعدة
٢٠٤	الدوسنطاريا المزمنة	١٧٣	الحاق
٢٠٤	دوسنطاريا الاطفال	١٧٤	الحبراء
٢٠٤	الديايبطس	١٧٥	الحصبة
٢٠٥	الديدان المعوية	١٧٦	الحنجرة (التهابها)
٢٠٧	ذات الجنب	١٧٦	الحصى الصفراوية
٢٠٩	الذئبة	١٧٧	الحمل (امراضه)
٢١١	الرئتان (التهابها)	١٨١	الحلق (امراضه)
٢١٢	الرَّبو	١٨٢	الحميات
٢١٤	الرحم (امراضها)	١٩١	الخراجة
٢٧٦	الرض	٢٥٧	الخلع
٢١٨	الرمل البولي	١٩٢	الحصى (التهابها)
٢٢٠	الروماتزم	١٩٣	الخوريا
٢٢١	الرجم البطني	١٩٢	الحيلان
٢٢٢	الزكام	١٩٢	الداء الزهري
٢٢٢	السرطان	١٩٦	الداحس
٢٢٢	السكتة	١٩٦	الدماغ (التهابه)
٢٢٤	السل الرئوي	١٩٨	الدفتيريا
٢٢٥	السمن	٢٠٠	دق الاولاد

فهرس

صفحة		صفحة	
٢٤٤	الفواق	٢٧٧	السموم
٢٤٤	القبض	٢٢٦	السوداء
٢٤٥	القرمزية	٢٢٦	السيلان الايض
٢٤٥	القروح	٢٢٧	الشعر (سقوطه)
٢٤٦	القلاع	٢٢٩	الشعب التهابها
٢٤٦	القلب (امراضه)	٢٧٨	الشنق
٢٤٧	الكبد (امراضه)	٢٢٨	الشهقة
٢٥٠	الكساحه	٢٣٠	الشيائيكنا
٢٨٤	كسر العظام	٢٧٩	الصاعقة
٢٥٠	الكلب	٢٣٠	الصداع
٢٥١	الكلبتان (امراضها)	٢٧٩	الصدع
٢٥٢	الثانة (امراضها)	٢٨٠	الصدمة والنهور
٢٥٣	مجرى البول (امراضه)	٢٢٤	ضربة الشمس
٢٥٥	المغص	٢٢٦	ضعف الدم
٢٥٥	المفاصل (التهابها)	٢٢٧	الطاعون
٢٥٧	الناصور	٢٢٨	الطحال (امراضه)
٢٥٨	التزف ٢٥٨ - النفراجيا	٢٢٩	عسر الهضم
٢٥٨	النقرس	٢٤٠	العين (امراضها)
٢٥٩	النكفة (التهابها)	٢٨١	الفرق
٢٦٠	الهستيريا	٢٤٢	الغنغرينا
٢٦١	الهواء الاصفر	٢٤٣	الفالج
٢٦٣	اليرقان	٢٨٢	الفتق

Glasgow
University Library



James Robertson Collection
7.1432.-1933.

Bb 5 - e.8

